

གཤམ་མཁོ་ཉི་གཤམ་མཁོ། ༥༣



༥༥། རིང་མཁོ་བ་གཞིན་ཅུ་མོ་མོ་སྒྲི་གསུང་འབུམ་  
བཞུགས་མོ།

རིང་མཁོ་བ་

མི་མོན་མོན་མིག་དཔེ་མིང་མཁོ་མོན་མིང་གི་མཁོ་མོན་མཁོ་

མོན་མོན་མོན་མིག་དཔེ་མིང་དཔེ་མོན་མཁོ་



༡༡། རེད་མདའ་པ་གཞོན་ཅུ་སྟོ་གྲོས་ཀྱི་གསུང་འབུམ།

བརྩ་སྒྲིག་མི་སྣའི་མཚན་ཐོ།

བཀའ་འདྲི་ཁྱུ་ལྟ་ལ།

གཞན་དཀར་རིན་པོ་ཆེ། སྤུང་བསྟན་སྟོན་ལམ།

གཙུག་ལྷན་གྱི་པ།

ཁྱིམ་པ་འཇམ་སྟོ།

ཕྱི་ཤོག་ལག་རྩལ་པ།

པད་དོ།

སྒྲིག་སྐྱོར་པ།

ཟླ་བ་ལྷ་མོ། བྱམས་པ་བསྟན་འཛིན།

ཁྱུ་དག་པ།

གཡང་ཤོད་ནོར་བུ། བྱམས་པ་བསྟན་འཛིན། འཇམ་དབྱངས་ཤེས་རབ། ཤེས་རབ་དྲི་མེད།

ལས་ཁུགས་མི་སྣ།

བྱམས་པ་བསྟན་འཛིན། རྩི་ལྷོ་ཟླ་བ་ལྷ་མོ། འབྲུག་རྒྱལ། དམ་ཆོས། ཏྲ་འགྲིན་ལྷ་མོ།

ཆོ་རིང་དབང་རྒྱལ། གཡང་ཤོད་ནོར་བུ། ཤེས་རབ་དྲི་མེད།









འོད་མདའ་ལག་ཁྱེན་རྒྱུ་ཤོ་ས།







---

## དཀར་ཆས།

དམ་པའི་ཚེས་མངོན་པ་ཀུན་ལས་བརྟམ་པའི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་པ་ལེགས་པར་

བཤད་པའི་རྒྱ་མཚོ། མྱོད་ཆ།.....)།

ཀུན་ལས་བརྟམ་པ་དང་པོ་མཚན་ཉིད་ཀུན་ལས་

བརྟམ་པ། .....)༥





༣༡། །དམ་པའི་ཚེས་མངོན་པ་ཀུན་ལས་བརྟམ་པའི་རྒྱ་ཆེར་  
 འགྲེལ་པ་ལེགས་པར་བཤད་པའི་རྒྱ་མཚོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

སྟོན་ཆ།

དམ་པའི་ཚེས་མངོན་པ་ཀུན་ལས་བརྟམ་པའི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་པ་ལེགས་པར་  
 བཤད་པའི་རྒྱ་མཚོ་ཞེས་བྱ་བ། བློགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་དང་སྟོབ་མར་བཅས་པ་  
 ཐམས་ཅད་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །གང་གི་ཞབས་པད་ལྷ་དབང་ཚངས་པ་དང་། །  
 གཙུག་ན་ཟླ་བ་གྲང་པོའི་གདོང་ལྡན་སོགས། །འཛིག་རྟེན་དྲེགས་ལྡན་གཙུག་གིས་  
 གྱུས་བསྟེན་པ། །བཙུམ་ལྡན་ལྷ་ཡི་ལྷ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །ཤེས་རབ་ཆེན་པོས་སྤྲིད་  
 པའི་པ་རོལ་སོན། །སྤྲིད་རྗེའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཞི་བའི་མཐའ་ལས་བརྒྱལ། །སྤྲིད་དང་  
 ཞི་བའི་དབྱེ་ལས་རྣམ་རྒྱལ་བ། །མི་པམ་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་ཀྱིས་བདག་སྟོངས་ཤིག །  
 སྟོགས་མའི་དུས་ན་རྒྱལ་བའི་ཕྱིན་ལས་ཀྱིས། །འཛམ་བུའི་སྤྲིད་འདིར་གསུང་རབ་

མ་མེད་ཆོག་ལ། མཛོན་པའི་སྒྲིལ་གང་གིས་རྣམས་སྤྲོད་པ། རྩོགས་མེད་ཅེས་  
 གྲགས་འཛིན་རྟོག་གསུམ་ན་རྒྱལ། བྱང་ཆུབ་ཐུགས་ཀྱི་རྩ་བ་རབ་བརྟན་ཞིང་། རྩོ་  
 རྩོ་ལྷག་བསམ་འབྲས་བུའི་ཁུར་གྱིས་བརྒྱད། གཞན་ཕན་ལོ་འདབ་རྒྱས་པའི་  
 བསེལ་གྱི་བ་གྱིས། རྟོན་མོངས་གདུང་སེལ་ཆོས་རྩེའི་ཞབས་ལ་འདུད། བྱུང་པའི་  
 བརྟན་པ་ལུང་དང་རྟོགས་པའི་ཆོས། བཙོ་མའི་གསེར་ལྷར་བཟང་ལ་འཕན་མེད་པ། རྩོ་  
 བཙོ་བས་སྟོན་དང་བཙོན་པས་སྒྱུ་བ་བྱེད་པའི། དམ་པའི་ཆོག་རྣམས་ལུས་ཅན་  
 གཙུག་ན་རྒྱལ། རྩོན་རབས་མཁས་པས་ཡང་ཡང་མ་དབྱེད་པའི། ཤེས་བྱའི་ཚུལ་  
 དེ་བདག་སྒྲིལ་སྒྲིལ་ཡུལ་མིན། མཁའ་ལྷིང་དབང་པོ་རྣམས་ཀྱིས་མ་བཟོད་པའི། བྱ་  
 ལམ་གང་དེར་འདབ་ཆགས་སུ་ཡིས་བྱིན། དེ་ལྟར་ཡང་གཞན་གྱིས་བསྐྱུ་ལ་བ་  
 དང་། རང་ཉིད་ལེགས་བཤད་གོམས་པ་འཕེལ་བྱིར་དང་། བདག་བས་སྒྲོ་གྲོས་  
 དམན་པ་གཞན་འགའ་ལའང་། ཕན་པར་འདོད་པས་མཛོན་པའི་ཆོས་འདི་དབྱེ། འདིར་སྒྲིལ་ནི།  
 དུ་དང་ཞེས་སོགས་ནས། རྟོགས་ནས་བརྟུས་པའི་བྱིར་རོ། ཀུན་ལས་བརྟུས་པའི་བྱིར་རོ།  
 ཡང་དག་པར་མཐོ་བའི་གནས་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། ཞེས་པའི་བར་མཐའ་དག་ནི།  
 གང་འཆད་པར་འགྱུར་བའི་བརྟན་འཆོས་ཡིན་ནོ། དེ་ལ། གང་དག་འདི་སྒྲིལ་ཅེས།  
 བརྒྱུད་བྱ་སོགས་དང་བྱུང་བའི་བརྟན་བཙོན་ལ་ནི། བྱ་རོག་སོ་རྟོག་ལ་སོགས་  
 པའི་བརྟན་བཙོན་ལྟར། དེ་ལ་དབྱེད་ལྟར་འགའ་ཡང་། ཉན་པ་སོགས་ལ་  
 ཡང་གྲུས་པར་མི་བྱེད་ན། མཁས་པ་སུ་ཞིག་རྩོམ་པ་ལ་འབད་པ་  
 བྱེད་པ་ལྟ་སྒྲིལ་གྱི་དགོས་པ་དེ་ལྟར། དེའི་བྱིར་བྱོག་མར་བརྟན་  
 བཙོན་གྱི་འབྲེལ་པ་དང་།



བརྗོད་པར་བྱ་བ་དང་། དགོས་པ་དང་། དགོས་པའི་དགོས་པ་རྣམས་བརྗོད་པར་  
བྱ་དགོས་སོ། །ཞེས་སྒྲ་ན། བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། འདི་ལྟར། དེ་བཞིན་གསེགས་པས་  
གདུལ་བྱ་རྣམས་སྤྱིད་པ་དང་། ཞི་བའི་རྒྱད་པ་མཐའ་དག་ལས་བསྐྱལ་ནས། ཉིད་  
ཀྱིས་བརྟེས་པའི་བར་པ་སྒྲ་ན་མེད་པ་མི་གནས་པའི་མྱ་ངན་འདས་པའི་གོ་འཕང་ལ་  
འགོད་པར་བཞེད་ནས། ཁམས་དང་། བསམ་པ་དང་། བག་ལ་ཉལ་ཇི་ལྟ་བར་  
ཚེས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་ཇི་སྟེད་ཅིག་གསུངས་པ་དེ་བམས་ཅད། འདུལ་བ་དང་། མངོན་  
པ་དང་མདོ་སྟེའི་སྟེ་སྟོད་རིན་པོ་ཆེ་གསུམ་དུ་འགྱུར་ཏེ།

ཇི་སྐད་དུ། རྒྱལ་བ་སྟོན་པ་དེ་ཡིས་བསྟན་པ་ནི། །མདོ་དང་ཚེས་མངོན་  
ཡིན་གསུང་འདུལ་བ་ནི། །སྟོན་དང་བསྟན་པ་ཉིད་ཡིན་དེ་ཡི་ཕྱིར། །ཞེས་གང་  
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །སྟེ་སྟོད་གསུམས་པོ་དེ་དག་ལས། འདུལ་བ་ནི་ཉེ་བའི་ཉོན་  
མོངས་མཐའ་གཉིས་ཀྱི་གཉིན་པོར་བསྟན་པ་བཞི་དང་རྣམ་འབྱེད་ལ་སོགས་པ་  
ལུང་སྟེ་བཞི་གཞུང་འབུམ་སྟེ་གཅིག་རྒྱ་གྲགས་པ་འདི་ཉིད་ཐེག་པ་ཆེ་རྒྱུད་གཉིས་  
ཀའི་འདུལ་བའི་སྟེ་སྟོད་ཐུན་མོང་བ་ཡིན་གྱི་འདི་ལས་ལོགས་ན་ཐེག་ཆེན་གྱི་  
འདུལ་བ་གཞན་གང་ཡང་མེད་དོ། །

མདོ་སྟེ་ནི་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་ཐེ་ཚོམ་གྱི་གཉིན་པོར་བསྟན་པས་གདུལ་  
བྱའི་ཐེ་ཚོམ་མཐའ་ཡས་པས་དེ་གཅུང་པའི་ཆེད་དུ་གསུངས་པའི་ཚེས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་  
ཀྱང་མཐའ་ཡས་པས་གཞུང་གི་ཆོད་འདི་ཙམ་ཞེས་གྲངས་སུ་བཅུང་བ་མེད་ཞིང་།  
ཐེག་པ་ཆེ་རྒྱུད་གི་སྟེ་སྟོད་ཀྱང་བྱ་དང་པར་ཡོད་དེ་རྒྱས་པར་འོག་ནས་འཆད་དོ། །

མངོན་པ་ནི་རང་ལྟ་མཆོག་འཛིན་གྱི་གཉིན་པོར་བསྟན་ཅིང་། འདི་ལ་བྱེ་བྲག་སྟེན་པ་  
དག་ན་རེ་འདུལ་བ་དང་མདོ་སྡེ་ལྟར་མངོན་པའི་སྡེ་སྟོན་ལོགས་པར་གསུངས་པ་  
མེད་གྱི་འོན་ཀྱང་གདུལ་བྱའི་དབང་གིས་མདོ་སྡེ་དུ་མར་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་  
ལས་བརྒྱུམས་ཏེ་སིལ་བུར་གསུངས་པ་རྣམས་འཕགས་པ་ཀ་ཏ་ཡ་ན་ལ་སོགས་པ་  
རྣམས་ཀྱིས་ཐོགས་གཅིག་ཏུ་བསྒྲུབས་ནས་བསྟན་བཅོས་ཡེ་ཤེས་ལ་འདུག་པ་ལ་  
སོགས་པ་མངོན་པ་སྡེ་བདུན་བསྟུས་པ་ཡིན་པས། འདི་དག་ཁོ་ན་མངོན་པའི་སྡེ་  
སྟོན་ཡིན་ཏེ། གཞན་དུ་ན་འདི་དག་ལས་གཞན་པའི་མངོན་པའི་སྡེ་སྟོན་མ་  
དམིགས་པས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་བཀའ་ལ་སྡེ་སྟོན་གསུམ་མ་ཆང་བར་འགྱུར་  
ཞེས་ཟེར་རོ། །

མདོ་སྡེ་པ་དག་ཡེ་ཤེས་ལ་འདུག་པ་སོགས་ནི་མདོ་མ་ཡིན་ཏེ་མདོ་དང་  
འགལ་བ་དུ་མ་ཡོད་པའི་བྱིར་རོ། །བཀའ་ལ་མངོན་པའི་སྡེ་སྟོན་མ་ཆང་བའི་ཉེས་  
པ་ཡང་མེད་དེ། མདོ་སྡེ་དང་འདུལ་བའི་སྐབས་གང་དུ་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་  
སྟོན་པ་དེ་དག་མངོན་པ་ཡིན་པས། དེ་བས་ན་མདོ་ཉིད་ཆང་མར་བྱའི་བསྟན་  
བཅོས་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །ཐེག་པ་ཆེན་པོ་པ་ལྟར་ན་མངོན་པའི་སྡེ་སྟོན་ནི་  
གཉིས་ཏེ། འདི་ལྟར་བུན་མོང་དང་བུན་མོང་མ་ཡིན་པ་གཉིས་སོ། །

དེ་ལ་དང་པོ་ནི་ཆོག་རྒྱུད་དུ་འགྲེལ་ཆགས་སུ་གསུངས་པ་ནི་མེད་གྱི་འོན་  
ཀྱང་མདོ་སྡེ་དུ་མ་རྣམས་སུ་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་རང་དང་སྤྱིའི་མཆོན་ཉིད་ལས་བརྒྱུམས་ཏེ།  
ཐོར་བུ་ཐོར་བུ་གསུངས་པ་གང་ཡིན་པ་སྟེ། དེ་ནི་རིགས་ཅན་གསུམ་ཀའི་དབང་དུ་



བྱས་ནས་གསུངས་པས་ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་གཉིས་ཀའི་མངོན་པའི་སྡེ་སྟོན་ཡིན་ལ། དེའི་  
ཕྱིར་འདི་ཉིད་དུ་ཡང་། གཏན་ལ་ཡབ་པར་བསྟན་པའི་སྡེ་ནི་གཉིས་ཀའི་ཆོས་  
མངོན་པའི་སྡེ་སྟོན་དོ་ཅེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ནི། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་ཡང་དག་པར་  
ཞུགས་པ་རྣམས་ཁོ་ན་ལ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་ཐོབ་པ་དང་རྗེས་སུ་  
མཐུན་པ་ཤེས་བྱའི་གནས་ལ་སོགས་པ་དོན་བཅུ་ལས་བརྩམས་ནས་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་  
ཆོས་མངོན་པའི་མདོ་ཞེས་བྱ་བ་སྟོན་པུག་བརྒྱ་པ་ཞིག་བཀའ་བསྩལ་ཏེ། དེ་ནི་ཤེས་  
བྱ་པུ་མོ་དང་རྒྱ་ཆེན་པོའི་དོན་སྟོན་པའི་ཕྱིར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་སྡེ་  
སྟོན་ཡིན་གྱི་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་མ་ཡིན་པས་དེའི་ཕྱིར་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་  
ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མངོན་པའི་སྡེ་སྟོན་ཡིན་ནོ། །

དེ་ཡང་སངས་རྒྱས་ལྟ་བུ་རན་ལས་འདས་པའི་འོག་ཏུ་སྦྱར་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་  
བསྟན་པ་འཇམ་བུའི་གླིང་འདིར་རེ་ཞིག་རྒྱབ་ཅིང་། བྱེ་བྲག་ཏུ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་  
ཆོས་མངོན་པ་ལ་དབྱ་ལན་གསུམ་དར་དེ་འཇམ་བུའི་གླིང་འདིར་ཡོང་ཡེ་ཐམས་  
ཅད་དུ་རྒྱབ་པར་གྱུར་ཏེ་ཅེས་གྲག་གོ། །དེ་ནས་འཇམ་དཔལ་ཅུ་བའི་རྒྱུད་དུ།  
ཐོགས་མེད་ཅེས་བྱའི་དག་སྟོང་ནི། །བསྟན་བཅོས་དེ་ནི་དོན་ལ་མཁས། །མདོ་སྡེ་  
དྲང་དོན་ངེས་པའི་དོན། །རྣམ་པ་མང་པོ་རབ་ཏུ་འབྱེད། །འཇིག་རྟེན་རིག་པ་སྟོན་  
བདག་ཉིད། །གཞུང་འབྱེད་ངང་ཆུ་ལ་ཅན་དུ་འགྱུར། །དེ་ཡི་རིག་པ་གྲུབ་པ་ནི། །ས་  
ལའི་ཕོ་ཉ་མོ་ཞེས་བརྗོད། །དེ་ཡི་སྒྲགས་ཀྱི་མཐུ་ཡིས་ནི། །སྟོན་བཟང་པོ་སྟེ་བར་

འགྱུར། །བསྟན་པ་ཡུན་རིང་གནས་བུའི་ཕྱིར། །མདོ་ཡི་དེ་ཉིད་དོན་བསྟུང་བྱེད། །  
 ལོ་ནི་བརྒྱ་དང་ལྔ་བཅུར་འཛོ། །དེ་ལུས་ཞིག་ནས་ལྷ་ཡུལ་འགྲོ། །འཁོར་བ་རྣམས་  
 སུ་འཁོར་བ་ན། །ཡུན་རིང་བདེ་བ་རྗེས་སྟོང་ནས། །བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་མཐར་གྱིས་  
 ཏེ། །བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོ་ཐོབ་པར་འགྱུར། །ཞེས་ལུང་བསྟན་པའི་སྒྲིམ་བུ་ཆེན་པོ་  
 འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་གྱིས། རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་ཚབ་ལ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་ཀྱི་  
 རྣམ་གྲངས་དུ་མ་དང་། མདོན་པའི་མདོ་སྟོང་ཐུག་བརྒྱ་པ་ཡང་གསན་ནས་སྦྱིར་  
 ཐེག་ཆེན་གྱི་དགོངས་འགྲེལ་གྱི་བསྟན་བཅོས་དུ་མ་མཛད་ཅིང་། བྱང་པར་དུ། ཐེག་  
 པ་ཆེན་པོ་ཆོས་མདོན་པའི་དགོངས་འགྲེལ། ཤེས་བུའི་གནས་ལ་སོགས་པ་རྣམ་པ་  
 ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་ཀྱི་གནས་བཅུ་མདོར་བསྟུས་ནས་སྟོན་པ་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་  
 བསྟུས་པ་དང་། བྱེ་བྲག་ཏུ་སྦྲེལ་པ་ལ་སོགས་པ་བྱུན་མོང་གི་མདོན་པའི་སྡེ་སྟོང་གྱི་  
 དོན་མི་ཤེས་བཞིན་དུ་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་རང་སྤྱིའི་མཚན་ཉིད་གཏན་ལ་འབེབས་པ་  
 དག་གི་མདོན་པའི་ར་རྒྱལ་གཞིམ་པ་དང་། རྗེས་འཇུག་གི་གདུལ་བྱ་རྣམས་རྗེས་སུ་  
 གཟུང་བར་བཞེད་ནས། བྱུན་མོང་གི་ཆོས་མདོན་པའི་དགོངས་འགྲེལ་ཐེག་པ་  
 གསུམ་ཀའི་རྣམ་བཞག་བྱུན་མོང་དུ་རྒྱས་པར་གཏན་ལ་འབེབས་པས་ས་སྡེ་ལྷ།  
 དེའི་ནང་ནས། རིགས་ཅན་གསུམ་ཀའི་བསྟན་བྱ་དང་། ཤེས་བྱ་བྱུན་མོང་བ་རྣམས་  
 རྫོང་བྱེད་ཉུང་དུས་གསལ་བར་སྟོན་པར་བྱེད་པའི་བསྟན་བཅོས་ཆོས་མདོན་པ་ཀུན་  
 ལས་བདུས་པ་འདི་མཛད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རེ་ཞིག་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་འབྲེལ་ཡིན་ནོ། །

བརྫོང་པར་བྱ་བ་ནི་རྒྱས་པར་བསྟན་བཅོས་མཐའ་དག་གིས་འཆད་པར་

འགྱུར་ཞིང་མདོར་བསྟན་ཕུང་པོ་དང་། བམས་དང་སྒྲེ་མཆེད་གསུམ་ཡིན་ཏེ། འབྲེལ་  
པར། ཅིའི་ཕྱིར་བསྟན་བཅོས་འདི་བརྩམས་ཞེ་ན། །ཕུང་པོ་ལ་སོགས་པ་ལས་  
བརྩམས་ཏེ། །ཞེས་བཤད་དོ། །དགོས་པ་ནི་འདི་ལས་བརྗོད་བྱ་ཆོས་གསུམ་པོ་དེའི་  
མཚན་ཉིད་དང་རབ་དབྱེ་ལ་སོགས་པ་བསམ་པར་བྱ་བའི་གནས་རྒྱ་ཆེན་པོ་རྣམས་བདེ་  
སྒྲག་ཏུ་ཏོགས་གིང་ཁོང་དུ་ཆུད་པ་སྟེ། ཡང་དེ་ཉིད་ལས། དུ་དང་ཅིའི་ཕྱིར་ལ་  
སོགས་པ་བསམ་པའི་གནས་རྣམས་ལ་མཁས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཞེས་བཤད་དོ། །དེ་  
ལྟར་བསམ་བྱའི་གནས་རྣམས་ལ་མཁས་པར་བྱས་པ་དེས། ཐོས་བསམ་གྱིས་  
གཏན་ལ་ཕབ་པའི་དོན་དེ་ཉིད་སྒྲིམ་བུར་གིས་རྩེ་གཅིག་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཉམས་སུ་  
བྲལས་པས་རང་དོན་ཏོགས་པའི་ཆོས་དང་འབྲེལ་བ་ཞི་ལྷག་ཟུང་འབྲེལ་གྱི་ཡིད་ལ་  
བྱེད་པ་ཐོས་པ་དང་། གཞན་དོན་ལུང་གི་ཆོས་དང་འབྲེལ་བ་ཆོགས་གྱི་ནང་དུ་  
མཁས་པ་ལ་གྲགས་པའི་ཤེས་བྱའི་གནས་རྣམས་འབེལ་བའི་གཏམ་གྱིས་གཏན་ལ་  
འབེབས་པ་ལ་ཕས་གྱི་གྲོལ་བས་མི་བརྗོད་ཞིང་མི་འཇིགས་པ་ཐོབ་པ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་  
ནི་དགོས་པའི་ཡང་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་ཡང་འབྲེལ་པར། འདི་ལྟར་མཁས་པ་འདིས་ནི་ཕན་ཡོན་རྣམ་པ་  
གཉིས་འཕྲོབ་སྟེ། ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་ཕན་ཡོན་དང་། འབྲེལ་བའི་གཏམ་གཏན་ལ་  
འབེབས་པའི་ཕན་ཡོན་ནོ། །དེ་ལ་ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་ཕན་ཡོན་ནི་ཞི་གནས་གྱི་རྗེས་  
སུ་མཐུན་པ་དང་། ལྷག་མཐོང་འཕེལ་བའི་རྗེས་སུ་མཐུན་པར་རིག་པར་བྱའོ། །ཞི་  
གནས་གྱི་རྗེས་སུ་མཐུན་པ་ནི་གནས་འདི་དག་ལ་མཁས་པར་བྱས་པ་ཐེ་ཆོམ་མེད་



པས་ཇི་ལྟར་རང་གི་དམིགས་པ་ལ་རྩེ་གཅིག་པའི་ཚུལ་གྱིས་བདེ་བར་སེམས་  
 མཉམ་པར་འཛིག་པའི་བྱིར་ཞི་གནས་ཀྱི་རྗེས་སུ་མཐུན་པ་ཡིན་ནོ། །ལྷག་མཐོང་  
 འབྲེལ་བའི་རྗེས་སུ་མཐུན་པ་ནི་རྣམ་པ་མང་པོར་ཤེས་བྱ་ཡོངས་སུ་བརྟགས་པས་  
 ཤེས་རབ་བྱུང་ཞུགས་པར་འགྲོ་བའི་བྱིར་རོ། །འབྲེལ་བའི་གཏམ་གཏན་ལ་  
 འབྲེལ་བའི་པན་ཡོན་ནི་གནས་འདི་དག་ལ་མཁས་པར་བྱས་པ་དྲི་བ་ཐམས་ཅད་  
 ལུང་སྟོན་པའི་མཐུ་དང་ལྡན་པས་མི་འཛིགས་པ་ཐོབ་པར་ལྟོ། །ཞེས་བཤད་པ་  
 ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་ན་བསྟན་བཅོས་དང་། དགོས་པ་དང་། དགོས་པའི་དགོས་པ་  
 རྣམས་སྐྱ་མ་སྐྱ་མ་མེད་པར་བྱི་མ་བྱི་མ་རྣམས་མི་འབྱུང་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འབྲེལ་བར་  
 གནས་སོ། །དེའི་བྱིར་རྣམ་བཤད་རིགས་པར། མདོ་དོན་ཆེ་བ་ཉིད་ཐོས་ནས། །ཉན་པ་  
 དང་ནི་འཛིན་པ་ལ། །ཉན་པ་པོ་དེ་གྱུས་བྱེད་པས། །ཐོག་མར་དགོས་པ་བརྗོད་པར་བྱ། །  
 ཞེས་པའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་གཞན་བསྟན་བཅོས་ལ་འདུག་པའི་ཡན་ལག་ཏུ་  
 ཐོག་མར་དགོས་པ་ལ་སོགས་པ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །མདོན་པར་འདོད་པའི་དགོས་  
 པ་དེ་ལྟ་བུ་དང་ལྡན་པ་ཡང་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་དོན་མདོར་བསྟུས་ཏེ་བསྟན་པ་ལས་  
 བདེ་སླག་ཏུ་འགྱུར་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཉིད་ལས། དགོས་པའི་དོན་ནི་བསྟུས་དོན་ལས་  
 ཞེས་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་བྱིར་འཆད་པ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་བསྟུས་དོན་གྱི་གོ་རིམ་  
 ལྟར་ཡན་ལག་གི་དོན་རྣམས་མ་འཛིངས་པ་ཉིད་ཀྱིས་བཤད་པར་བྱ་བ་སྟེ་བ་ཉིད་  
 དང་། །ཉན་པ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་དོན་མ་ལུས་པ་ཆོག་ཏུ་དུས་བདེ་

བྲག་ཏུ་བཟུང་སྟེ་བར་གཟིགས་ནས། ལྷོ་མ་ནི། དུ་དང་ཞེས་པ་ནས་ཀུན་ལས་  
བསྟུས་པའི་སྟེ་ལྷོ་མ་ཡིན། ཞེས་པའི་བར་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ་དག་གིས་བསྟན་  
བཅོས་ཀྱི་ལུས་རྣམ་པར་བཞག་པ་གསུངས་པ་ཡིན་ལོ། །

དེ་ལ་ལྷོ་མ་ནི་ཞེས་བྱ་ནི་འཆད་པར་འགྱུར་བའི་བསྟན་བཅོས་མཐའ་དག་  
གི་དོན་གྱི་གཙོ་བོ་རྣམས་མདོར་བསྟུས་པ་ནི་ཆོག་སྟེ་བཅད་པ་གཉིས་པོ་འདི་དག་  
ཡིན་ཞེས་པའི་དོན་ལོ། །དུ་དང་ཞེས་པ་ལུང་པོ་ཁམས་དང་སྟེ་མཆེད་ཀྱི་དོ་བོ་དབྱེ་  
བ་དང་། ཅིའི་ཕྱིར་ཞེས་པ་ཆོས་གསུམ་གྱི་གྲངས་ངེས་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་། དེ་  
གསུམ་ལས་ཟག་བཅས་དམིགས་ཀྱི་བསལ་ནས་སྟོན་པ་ཉིར་ལེན་དང་། གསུམ་པོ་  
སོ་སོའི་རང་བཞིན་མཚན་པར་བྱེད་པའི་མཚན་ཉིད་དང་། མཚན་ཉིད་དེ་ལྟར་གྱི་  
མཚན་གཞི་བྱེ་བྲག་ཏུ་གཏན་ལ་འབེབས་པར་བྱེད་པ་གསུམ་པོ་དེའི་རྣམ་བཞག་  
དང་། དེ་ལྟར་རྣམ་པར་བཞག་པའི་ཆོས་གསུམ་པོ་དབྱེ་བ་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་གོ་  
ངེས་དེ་ལྟར་སྟོན་པའི་རྒྱ་གོ་ངེས་དང་། གོ་ངེས་དེ་ལྟར་བསྟན་པའི་ཆོས་གསུམ་སོ་  
སོའི་མིང་དོན་གཏན་ལ་འབེབས་པ་སྒྲ་དོན་དང་། མདོ་ལས། གཟུགས་སོགས་ལྟ་  
ལྟ་བ་ལྟོས་པ་སོགས་འཛིག་རྟེན་ན་རང་བཞིན་མེད་པར་གྲགས་པའི་དཔེ་ལྟ་དང་  
མཚུངས་པར་བསྟན་པའི་དགོངས་པ་གཏན་ལ་འབེབས་པ་དཔེ་དང་། བདག་མེད་  
རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་སྟེད་པའི་ཆེད་དུ་བ་ཆོས་གསུམ་གྱི་རྣམ་པའི་རབ་དབྱེ་དང་།  
བསྟུས་ལ་སོགས་པ་རྣམ་པ་བཞིའོ། །

དེ་དག་ཀྱང་གང་ཞེ་ན། སེམས་ཀྱི་དམིགས་པ་མཛོན་པར་བསྟུས་ནས་རྩེ་



གཅིག་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་བསྐྱེད་པའི་ཆེད་དུ་བ་ཆོས་གསུམ་གཅིག་གིས་གཅིག་  
བསྐྱེས་པའི་ཚུལ་དང་། བདག་མེད་པའི་སེམས་ཙམ་ལ་ཆོར་སོགས་འབྲང་པར་  
རྟོགས་པའི་ཆེད་དུ་བ་ཆོས་གསུམ་གྲོགས་དང་གྲོགས་ཅན་དུ་འགྱུར་པའི་ཚུལ་  
མཆོངས་ལྟན་དང་། འཛིག་རྟོན་གྱི་འབྱོར་རྒྱད་ལ་ཆགས་པ་སྟོང་པའི་ཆེད་དུ་བ་  
ཆོས་གསུམ་འཕེལ་འགྲིབ་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཤེས་པར་བྱེད་པ་ལྟན་པ་དང་། ཤེས་པར་  
བྱ་བའི་དངོས་པོ་ཡུང་པོ་ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་གསུམ་པོ་དེ་ཉིད་ཤེས་པར་བྱ་བའི་  
དོན། སྤྱད་བྱ་མངོན་རྟོགས་ཀྱི་དམིགས་ཡུལ། སྟོན་པའི་རང་བཞིན་མངོན་རྟོགས་  
ཀྱི་རྒྱ་ཆོགས། སྤྱད་པའི་འབྲས་བུ་རང་བཞིན་གྱི་དོན་ཏེ། གསུམ་གྱི་སྟོན་སྟེ་བྲག་  
ཏུ་གཏན་ལ་འབེབས་པ་རྣམ་པར་ངེས་པའོ། །

དེ་ཡང་བཞིར་དབྱེ་སྟེ། དམིགས་ཡུལ་བདེན་པ་བཞི་མཆོན་གཞིའི་རབ་  
དབྱེ་དང་། མཆོན་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པའི་སྟོན་སྟེ་གཏན་ལ་འབེབས་པ་བདེན་པ་རྣམ་  
ངེས་དང་། དམིགས་བྱེད་མངོན་རྟོགས་ཀྱི་སྐྱེ་ཚུལ་ལ་གསུང་རབ་ཀྱི་ཆོས། དེ་གང་  
གི་ཡུལ་ཡིན་པ་ཆོས་ལ་དམིགས་པའི་རབ་དབྱེ། ཆོས་ལ་སྟོན་པའི་རབ་དབྱེ། སྤྱད་  
པ་མངོན་རྟོགས་ཀྱི་སྐྱེ་ཚུལ། ཆོས་ལ་བརྟེན་པ་རྣམས་འབྱོར་གྱི་ས། ཆོས་ལ་མཁས་པ་  
གནས་ཀྱི་བྱད་པར། ཤིན་ཏུ་རྒྱས་པའི་སྟེ་སྟོན་བྱད་པར་དུ་གཏན་ལ་དབབ་པ་དང་།  
བརྒྱད་གྱིས་གཏན་ལ་འབེབས་པ་ཆོས་རྣམ་ངེས་དང་། རང་དོན་རྟོགས་པའི་ཆོས་  
ཐོབ་ཚུལ་ལ། ཐོབ་བྱེད་གང་ཟག། ཐོབ་བྱ་མངོན་རྟོགས། ཐོབ་འབྲས་ཡོན་ཏན་གྱི་  
དབྱེ་བ་དང་གསུམ་གྱི་སྟོན་སྟེ་གཏན་ལ་འབེབས་པ་ཐོབ་པ་རྣམ་ངེས་དང་། གཞན་

དོན་ལུང་གི་ཚུལ་དང་འབྲེལ་པ་ཤེས་བྱའི་གནས་རྣམས་ངག་སྒྲོན་མེད་ཀྱིས་གཏན་  
ལ་འབེབས་ཚུལ་ལ་དོན་གྱི་བཤད་བྱ། རྣམ་བཤད་ཀྱི་བཤད་ཚུལ། བྱེ་རས་བསྟན་  
པས་ཞིབ་དུ་བཤད་ཚུལ། བསྟུ་བས་དགོས་ཆེད་ཀྱི་དབང་གིས་བསྟུ་ཚུལ། སྤྱ་བས་  
ཚུངས་ཚུལ། ལྷེམ་དགོངས་ཀྱི་བཟོད་པ་ཟབ་མོ་བཤད་ཚུལ་དང་བཅས་པས་གཏན་  
ལ་འབེབས་པ་འབྲེལ་བའི་གཏམ་རྣམ་པར་ངེས་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་ཚུལ་བཅུ་དྲུག་པོ་  
འདི་ནི་ཚུལ་མཐོན་པ་ཀུན་ལས་བདུས་པའི་བཟོད་བྱ་ཟོད་བྱེད་ཀྱི་སྒྲི་སྟེ་བསྟུས་པའི་  
སྟེམ་ཡིན་ནོ། །ཡང་ན་བསྟན་བཅོས་འདིའི་བསྟུས་དོན་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་སུ་བསྟུ་  
བར་བྱ་སྟེ། འདི་ལྟར། བཟོད་བྱ་དོན་གྱི་རང་བཞིན་ངེས་པར་འབྱེད་པ་དང་། ཟོད་  
བྱེད་ཆོག་གི་རང་བཞིན་ངེས་པར་འབྱེད་པའོ། །དང་པོ་ནི་ཀུན་ལས་བདུས་པ་དང་  
པོ་བཞི་ཡིན་ཏེ། འདི་དག་གིས་གསུང་རབ་ཀྱི་བཟོད་བྱའི་གཙོ་བོ་ཀུན་ནས་ཉོན་  
མོངས་དང་རྣམ་བྱུང་གི་བྱོགས་མ་ལུས་པ་གཏན་ལ་འབེབས་པའི་སྤྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་ནི་འབྲེལ་གཏམ་རྣམ་པར་ངེས་པ་ཡིན་ཏེ། དེས་ནི་སྒྲོབ་མ་རྗེས་  
སུ་གཟུང་བའི་ཡན་ལག་མདོ་དང་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་ཚུལ་བཤད་པའི་ཚུལ། རྟོལ་བ་  
ཆར་གཅད་པའི་ཡན་ལག་ རྟོལ་སྤྱིར་རྟོལ། ཚུངས་པའི་ཚུལ། དྲང་དོན་གྱི་དགོངས་  
པ་རྟོགས་པའི་ཡན་ལག་ལྷེམ་དགོངས་ཀྱི་བཟོད་པ་ཟབ་མོ་བཤད་བྱའས་རྣམས་  
གཏན་ལ་འབེབས་པའི་སྤྱིར་རོ། །བཟོད་བྱ་དོན་གྱི་རང་བཞིན་ངེས་བྱེད་དེ་ལ་ཡང་  
ཚུལ་གསུམ་སྤྱིར་གཏན་ལ་འབེབས་པ་དང་། རྟོགས་དཀའ་བྱེ་བྲག་དུ་གཏན་ལ་  
འབེབས་པ་གཉིས་ཡིན་པ་ལས། དང་པོ་ནི་མཆོན་ཉིད་ཀུན་ལས་བདུས་པ་སྟེ་དེས་



ནི་ཤེས་བྱའི་དངོས་པོ་སྤང་ཁམས་སྒྲིམ་ཆེད་གསུམ། ཤེས་བྱའི་དོན་དུ་དང་ཅིའི་ཕྱིར་  
ལ་སོགས་པ་ཆོས་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲིམས་གཏན་ལ་འབེབས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་ནི་བདེན་པ་རྣམ་ངེས་དང་། ཆོས་དང་། ཐོབ་པ་རྣམ་པར་ངེས་  
པ་གསུམ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་གིས་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་ཆོས་གསུམ་པོ་དེ་ཉིད་སྤྱད་བྱ་  
མའོན་ཏྲོགས་ཀྱི་དམིགས་ཡུལ། སྤྱད་པའི་ངོ་བོ་མའོན་ཏྲོགས་ཀྱི་རྒྱ་ཆོགས། སྤྱད་  
པའི་འབྲས་བུ་རྣམས་སུ་བསྐྱེས་ནས་གཏན་ལ་འབེབས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅིའི་ཕྱིར་  
བརྗོད་བྱ་རྗོད་བྱེད་གཉིས་གཏན་ལ་འབེབས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་བསྐྱེད་བཅོས་  
བརྒྱུམས་ཞེན། སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པ་བཞིའི་ཏྲོག་པ་བསྐྱེད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་  
ཡང་རི་ལྷར་ཞེན། ཀུན་ནས་ཉོན་པོ་ངས་དང་། རྣམ་བུར་གི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་རང་  
དང་སྤྱིའི་མཆོན་ཉིད་ཕྱིན་ཅི་ས་ལོག་པར་ཁོང་དུ་རྒྱད་པ་ལས་ནི་དོན་སོ་སོ་ཡང་དག་  
པར་རིག་པ་སྒྲིབ་པར་འགྱུར་ལ། དེ་དག་གི་ངོ་བོའི་དབྱེ་བ་དང་། རྣམ་པའི་རབ་དབྱེ་  
རྒྱ་ཆེན་པོ་ཁོང་དུ་རྒྱད་པ་ལས་ནི་སྒྲིབས་པ་སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པ་སྒྲིབ་པར་  
འགྱུར་བའི་ཕྱིར། བརྗོད་བྱའི་དོན་བསྐྱེད་བཅོས་སུ་གཏན་ལ་དབབ་པ་བྱས་སོ། །  
ཆོས་རྣམས་ཀྱི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་དུ་ལ་ཤེས་པ་ལས་ནི་ཆོས་སོ་སོ་སོ་སོ་ཡང་དག་པར་  
རིག་པ་སྒྲིབ་པར་འགྱུར་ལ། མིང་གི་རྣམ་གྲངས་དེ་དག་གྱུར་ཡུལ་སོ་སོའི་བདེའ་དང་  
མཐུན་པར་ཁོང་དུ་རྒྱད་པར་ལས་ནི་ངེས་པའི་ཆོག་སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པ་སྒྲིབ་  
པའི་ཕྱིར་བརྗོད་བྱེད་ཀྱི་ཆོག་བསྐྱེད་བཅོས་སུ་གཏན་ལ་དབབ་པ་བྱས་སོ། །ཡང་ན་  
ལས་སྒྲིབ་པ་པོའི་གང་ཟག་གི་ཆ་རྒྱུན་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་བསྐྱེད་བཅོས་ཀྱི་ལུས་

གསུམ་དུ་འགྱུར་ཏེ། འདི་ལྟར། གཏན་ལ་དབབ་བྱའི་ཡུལ་དང་། ཉམས་སུ་བྱུངས་  
བྱའི་ལམ་དང་ཉམས་ལེན་བྱས་པའི་འབྲས་བུའོ། །དང་པོ་ལ་ཡང་ཐོས་བསམ་གྱིས་  
སྒྲོ་འདོགས་གཙང་པའི་ཡུལ་དང་། སྒྲོམ་བྱུང་གིས་ཉམས་སུ་བྱུང་བྱའི་ཡུལ་གཉིས་  
ཡིན་ལ། དང་པོ་ནི་སྤང་པོ་ཁམས་དང་སྒྲེ་མཆོད་རྣམས་ཏེ། དེ་དག་ལ་བྱིས་པ་རྣམས་  
གཙང་བདེ་ཏྲག་བདག་སོགས་སུ་སྒྲོ་འདོགས་པས་དེ་དག་ཐོས་བསམ་གྱིས་མི་ཏྲག་  
པ་དང་བདག་མེད་སོགས་སུ་གཏན་ལ་དབབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་ནི་འཕགས་པའི་བདེན་པ་གཅིག་སྟེ། རྣལ་འབྱོར་པས་དེ་དག་  
མི་ཏྲག་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམ་པ་བཅུ་དྲུག་གི་སྒྲོ་ནས་ཉམས་སུ་བྱུངས་པ་ལས་ཉོན་  
མོངས་པའི་དྲི་མ་མཐའ་དག་ལས་གྲོལ་བར་འགྱུར་བའི་བྱིར་རོ། །དེ་ལ་དང་པོ་ནི་  
མཆོན་ཉིད་ཀུན་ལས་བདུས་པས་གཏན་ལ་འབབས་ཤིང་། གཉིས་པ་ནི་བདེན་པ་  
རྣམ་པར་ངེས་པས་གཏན་ལ་འབབས་སོ། །ལས་ནི་ཆོས་རྣམ་པར་ངེས་པ་སྟེ། དེས་  
ཐོས་བསམ་བསྒྲོམ་གསུམ་བྱ་ཡུལ་གསུང་རབས་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་སྟེ་སྟོད་  
གསུམ་དུ་བསྐྱས་ཚུལ་དང་། དེ་ལ་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་གསུམ་གྱིས་སྤྱད་པས་མངོན་  
ཏོགས་སྟེ་ཚུལ་ཕན་ཡོན་དང་བཅས་པ་སྟོན་པའི་བྱིར་རོ། །འབྲས་བུ་ནི་ཐོབ་པ་དང་།  
འབྲེལ་གཏམ་རྣམ་ངེས་ཏེ། རྒྱ་མཆོན་སྤར་བསྟན་པ་ཉིད་དོ། །དེ་ལྟར་རྣམ་པར་  
བཞག་པའི་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་ལུས་དེ་ཡང་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། སྒྲ་དང་། དོན་ཏེ། དང་  
པོ་ནི་དུ་དང་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ་གཉིས་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་གིས་  
འཆད་པར་འགྱུར་བའི་བསྟན་བཅོས་མཐའ་དག་གི་ཆོག་ཇི་ལྟར་གཙོ་བོ་རྣམས་



བསྐྱུས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་ནི་དུ་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་པའི་དབྱེ་བ་ལ་སོགས་པ་  
 ཆོས་བཅུ་དྲུག་ཡིན་ཏེ། བསྟན་བཅོས་ཀྱི་བརྗོད་པར་བྱ་བ་མ་ལུས་པ་དེ་དག་གིས་  
 བསྐྱུས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་ལྟར་མདོར་བསྐྱུས་ཏེ་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་ལུས་རྣམ་པར་བཞག་པ་དེ་ནི་ད།  
 ཡན་ལག་རེ་རེ་ནས་རྒྱས་པར་འཆད་པ་ལ་གཉིས། མིང་ལྡན་གྱི་བསྟན་བཅོས་  
 དངོས་དང་། བསྟན་བཅོས་ཀྱི་མིང་དོན་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་ཡང་ཆོས་གསུམ་  
 སྦྱར་བཤད། རྟོགས་དཀའ་བྱེ་བྲག་ཏུ་གཏན་ལ་དབབ་པ་གཉིས་སོ། །དང་པོ་ལ་  
 དོན་བཅུ་གཉིས། སྤང་ཁམས་སྒྲེ་མཆེད་ཀྱི་ངོ་བོའི་དབྱེ་བ་དང་། གྲངས་ངེས་པའི་རྒྱ་  
 དང་། ཟག་བཅས་ཉར་ལེན་དུ་བསྟན་པ་དང་། ཆོས་གསུམ་གྱི་མཚན་ནི་དང་། སོ་  
 སོའི་རྣམ་བཞག་དང་། གོ་རིམ་དང་། མིང་དོན་དང་། དཔེ་དང་། རྣམ་པའི་རབ་  
 དབྱེ་དང་། བསྐྱུས་པ་དང་། མཚུངས་ལྡན་དང་། ལྡན་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་  
 ལས། གྲི་བ་ནི་གལ་ཏེ་སྤང་པོ་ཁམས་དང་སྒྲེ་མཆེད་རྣམས་བརྗོད་བྱར་བྱས་པའི་  
 བསྟན་བཅོས་ཚུལ་ན་སྤང་པོ་རྣམས་ནི་གྲངས་དུ་ཞིག་ཡོད། དེ་བཞིན་དུ་ཁམས་དང་  
 སྒྲེ་མཆེད་རྣམས་ལ་ཡང་དུ་ཞེ་ན། འདིར་སྤང་ཁམས་སྒྲེ་མཆེད་ཀྱི་མིང་ཙམ་ཡང་  
 བསྟན་བཅོས་སུ་སྤྲར་མ་སློས་ན་དེ་དག་གི་གྲངས་ཀྱི་དབྱེ་བ་སློབ་དུ་འདྲི་བ་ནི་  
 ལྟར་རིགས། བྱད་གཞི་མེད་པར་བྱད་པར་གྱི་ཆོས་ལ་སྦྱོད་པ་ནི་འགའ་ཡང་མེད་དོ་  
 ཞེ་ན། བདེན་མེད་ཀྱི་འོན་ཀྱང་འཆད་པ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་ལུས་  
 འཆད་པའི་ཐོག་མར་འཇུག་པའི་ཡན་ལག་ཏུ་བརྗོད་བྱ་དང་དགོས་པ་ལ་སོགས་པ་

འཆད་པ་ནི་གཞུང་ལུགས་པ་སྤྱིའི་ཚུལ་ཡིན་ལ། འདིར་ཡང་འཆད་པ་པོ་དག་གིས་  
སྤར་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་དགོས་སོགས་འཆད་པ་ན་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་ལུང་པོ་  
ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྟན་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་དྲི་བ་བརྩམས་  
པས་སྒྲིན་མེད་དོ། །དེ་ལྟ་ན་ཡང་འཆད་པའི་ཆོ་འབྲེལ་ཡང་རྩོམ་པ་ན་འབྲེལ་བ་  
མེད་པར་འགྱུར། ཞེ་ན། འཆད་པའི་ཆོ་འབྲེལ་པས་ཆོག་མོད། བསྟན་བཅོས་ཀྱི་  
ལུས་རྩོམ་པའི་ཐོག་མར་ཡང་དེའི་འབྲེལ་བ་གཞན་ཞིག་ངེས་པར་བརྩམ་དགོས་ན་  
ཐུག་པ་མེད་པ་དང་། བསྟན་བཅོས་ཀུན་ལ་མདོ་ལྟར་དུ་སྒྲིང་གཞི་རེ་ཙམ་དགོས་  
པར་ཉ་ཅང་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་ལན་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལུང་པོའི་གྲངས་ལ། དབྱེ་གཞི་ནི་  
ལུང་པོ་རྣམས་ནི་འོ། །ནི་ཞེས་པ་འོག་མ་གཉིས་ལས་དམིགས་ཀྱིས་དགར་བ་སྟེ།  
ཆོས་གསུམ་ཀྱི་གྲངས་ངེས་སྟོན་པའི་སྐབས་འདིར་ལུང་པོ་ཁོ་ནའི་གྲངས་ལྡར་ངེས་  
ཀྱི་ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་པའོ། །ནི་འོག་མ་གཉིས་ལ་ཡང་དེ་  
བཞིན་དུ་སྟུར་རོ། །དབྱེ་བའི་གྲངས་ནི་ལྟ་སྟེ་ཞེས་པའོ། །སྟེ་བའི་ངོ་བོ་ནི། གཟུགས་  
ཀྱི་ལུང་པོ་དང་། ཞེས་པ་ནས་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ལུང་པོའོ་ཞེས་པའི་བར་རོ། །དེ་ལ་  
གཞིག་ཅིང་གཞིམ་དུ་རུང་བས་ན་གཟུགས་སྟེ་དེའི་མཆོན་ཉིད་ཅན་གང་ཅི་ཡང་རུང་  
བ་ཐམས་ཅད་སྟོགས་གཅིག་དུ་སྒྲོས་སྒྲུངས་པའམ་དེ་ཉིད་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་  
པའི་ཁུར་ཁྱེར་བའི་སྒྱུར་རམ། སྟུག་བསྐྱེལ་གྱིན་དུ་རྒྱས་པའི་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་སྒྱུར་ན་  
དེའི་ལུང་པོའོ། །ཉམས་སྤྱོད་བས་ན་ཆོར་བ། འདུས་ཏེ་ཤེས་པའི་མཆོན་མར་



འཛིན་པས་ན་འདུ་ཤེས། སེམས་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པས་ན་འདུ་བྱེད། ཡུལ་སོ་  
 སོར་རྣམ་པར་རིག་པས་ན་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཏེ། དེའི་མཆན་ཉིད་ཅན་གང་ཅི་ཡང་  
 རུང་བ་ཀུན་སྤོས་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་སྤྲངས་པས་ན་དེའི་སྤང་བོའོ། །ཅིས་སྟེ་གཟུགས་  
 ཀྱང་ཡིན་ལ་སྤང་བོ་ཡང་ཡིན་པས་གཟུགས་ཀྱི་སྤང་བོ་ཞེས་བྱའོ། །གཟུགས་དང་  
 འབྲེལ་བའི་སྤང་བོ་ནི་གཟུགས་ཀྱི་སྤང་བོ་ཅིས་བྱ། དང་བོ་ལྟར་ན་སྤང་བོ་བཏགས་  
 ཡོད་གཟུགས་དང་གཞི་མཐུན་དུ་མི་རིགས་ལ། གཉིས་པ་ལྟར་ན་ཡང་སྤང་བོ་  
 བཏགས་ཡོད་གཟུགས་ལས་དོན་གཞན་དུ་མེད་པས་འབྲེལ་བའི་སྤྱོད་སྤྱོར་བ་མི་  
 རིགས་སོ་ཅན། གཉིས་ཀ་ལྟར་ཡང་མི་རུང་བ་མེད་དེ། སྤང་བོའི་དོན་ཀུན་ནས་  
 ཉོན་མོངས་པའི་ཁུར་བྱེད་བ་དང་། སྟུག་བསྐྱེད་ཤིན་ཏུ་རྒྱས་པ་ལ་བྱེད་ན། དང་བོ་  
 ལྟར་ཡིན་ལ། སྤྲངས་པའི་དོན་ཅན་དུ་བྱེད་ན། བྱི་མར་འགྱུར་བའི་བྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་ཁམས་ཀྱི་གྲངས་ལ་དབྱེ་གཞི་ནི། ཁམས་རྣམས་ནིའོ། །དབྱེ་  
 གྲངས་ནི་བཙོ་བརྒྱད་དོ། །བྱེ་བའི་ངོ་བོ་ནི། མིག་གི་ཁམས་དང་ཅིས་པ་ནས་ཡིད་  
 ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཁམས་སོ། །ཅིས་པའི་བར་རོ། །དེ་ལ་གཟུགས་འཛིན་པའི་  
 འདས་ད་ལྟར་གྱི་ཉེར་སྤྱོད་གནས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་འཛིན་པས་སམ་མིག་མངོན་གྱུར་གྱི་  
 རྒྱ་བྱེད་པས་ན་མིག་གི་ཁམས་སོ། །དེ་ལྟ་བུའི་ཉེར་སྤྱོད་དུ་མིགས་པའི་སྒྲོ་ནས་  
 འཛིན་པའོ། །གཟུགས་འགྱུར་པའི་རྒྱ་བྱེད་པས་ན་གཟུགས་ཀྱི་ཁམས་སོ། །  
 གཟུགས་འཛིན་གྱི་ཉེར་སྤྱོད་ཀྱི་རང་གི་མཆན་ཉིད་འཛིན་པའོ། །དེ་མངོན་འགྱུར་  
 འགྱུར་པའི་རྒྱ་ཡིན་པས་ན་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཁམས་ཏེ། དེ་ལྟར་ལྟག་མ་

དག་ལ་ཡང་ཅི་རིགས་པར་སྒྱར་བར་བྱས་ཏེ་གོ་སྒྲཏོ། །འདིར་ཉེར་སྦྱོང་འཛིན་པ་  
ཁམས་ཀྱི་དོན་དུ་བྱས་ན་མིག་ཀྱང་ཡིན་ལ་མིག་གི་ཁམས་ཀྱང་ཡིན་པས་ན་མིག་གི་  
ཁམས་ཞེས་སོགས་གཞི་མཐུན་དུ་སྒྱུར་ལ། ཁམས་ཀྱི་སྒྲ་རྒྱུ་དོན་ཅན་དུ་བྱས་ན་  
མིག་དང་འབྲེལ་པའི་ཁམས་ནི་མིག་གི་ཁམས་སོ་ཅེས་སོགས་འབྲེལ་པའི་སྒྱུར་  
སྒྱུར་རོ། །

གསུམ་པ་སྒྲེ་མཆེད་ཀྱི་གྲངས་ལ་དབྱེ་གཞི་ནི་སྒྲེ་མཆེད་རྣམས་ནི་འོ། །དབྱེ་  
གྲངས་བཅུ་གཉིས་སོ། །ཁྱེ་བའི་རོ་བོ་ནི་མིག་གི་སྒྲེ་མཆེད་དང་། ཅེས་པ་ནས་ཆོས་  
ཀྱི་སྒྲེ་མཆེད་དེ་ཅེས་པའི་བར་རོ། །མ་འོངས་པའི་མིག་ཤེས་གནས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་སྒྲེ་  
བའི་སྒྲོ་བྱེད་པའམ་མིག་མངོན་འགྱུར་ཀྱི་རྒྱ་བྱེད་པས་ན་མིག་གི་སྒྲེ་མཆེད། དེ་  
འདྲའི་ཉེར་སྦྱོང་དམིགས་པའི་སྒྲོ་ནས་སྒྲེ་བའི་སྒྲོ་འབྱེད་སམས་གཟུགས་མངོན་  
གྱུར་འགྱུབ་པའི་རྒྱ་བྱེད་པས་ན་གཟུགས་ཀྱི་སྒྲེ་མཆེད་དེ། དེ་ལྟར་ལྟག་མ་རྣམས་ལ་  
ཡང་ཅི་རིགས་པར་སྒྱུར། །འདིར་ཡང་ཆེག་སྒྱུར་བའི་ཚུལ་སྒྲ་མ་ལྟར་ཤེས་པར་བྱཏོ།  
འདིར་ཆོས་གསུམ་གྱི་མཆན་ཉིད་ཀྱི་སྒྲར་དེ་དག་གི་དབྱེ་བ་སྒྲོས་པ་ནི། དེ་དག་ལ་  
མཆན་ཉིད་ཐུན་མོང་བ་རེ་རྗེས་སུ་འདུག་པ་མེད་པས་དབྱེ་བ་མ་བྱས་པར་མཆན་  
ཉིད་བརྗོད་པར་མི་རྒྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བས་ན་དབྱེ་བ་སྒྲར་སྒྲོས་པ་ནི་ཆོས་  
གསུམ་གྱི་མཆན་ཉིད་བདེ་སྒྲག་ཏུ་རྟོགས་པའི་དགོས་པ་ཅན་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་གྲངས་ངེས་པའི་རྒྱ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ཡུང་པོའི་གྲངས་ངེས་  
ལ་དྲི་བ་ནི། དགོས་པ་དང་རྒྱ་མཆན་ཅིའི་ཕྱིར་ཡུང་པོ་རྣམ་ལྷ་ཁོ་ནར་གྲངས་ངེས་



གཟུགས་ཅན་དང་གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་ཡུང་པོ་གཉིས་སུ་ཡང་བསྐྱར་རུང་ལ་  
 རྒྱས་པར་བྱེད་ན་མང་པོར་དབྱེར་རུང་བས་སོ་ཞེ་ན། ལན་ལ། སྒྱིར་དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་པས་གདུལ་བྱ་རྣམས་ལ་ཡུང་པོ་དང་ཁམས་དང་སྒྲེ་མཆེད་རྣམས་  
 གསུངས་པ་ནི་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་གཅིག་ཡུང་དང་རྒྱ་དང་ཟ་བ་པོའི་བདག་ཏུ་འཛིན་  
 པའི་གཉིན་པོར་གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ། རི་རྒྱད་དུ་འགྲེལ་པར། ཅིའི་ཕྱིར་ཡུང་པོ་ལ་  
 སོགས་པ་བཤད་ཅེ་ན། བདག་ཏུ་འཛིན་པ་རྣམ་པ་གསུམ་གྱི་གཉིན་པོར་གོ་རིམ་  
 བཞིན་ནོ། །བདག་ཏུ་འཛིན་པ་རྣམ་པ་གསུམ་ནི་གཅིག་ཡུང་འཛིན་པ་དང་། ཟ་བ་  
 པོར་འཛིན་པ་དང་། བྱེད་པ་པོར་འཛིན་པའོ་ཞེས་བཤད་དོ། །གཅིག་ཡུང་འཛིན་པ་  
 སྒྲོན་དུ་འགྲོ་བའི་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་དེ་ཡང་ཕྱི་རོལ་ཆེར་མ་སོགས་འདོན་པའི་ཚུལ་  
 གྱིས་སྒྲོང་བར་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་གྱི་འོན་ཀྱང་ནང་སྒྲོའི་སྒྲོན་རྣམས་སྒྲོང་བར་བྱེད་པ་ན་  
 སྒྲོ་དེའི་བཟུང་བུའི་ཡུལ་སུན་ཡུང་པའི་སྒྲོ་ནས་སྒྲོང་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། །དོན་ལ་  
 གནས་པའམ་སྒྲོ་བཏགས་པའི་ཡུལ་གང་ཡང་མེད་པར་དེ་འཛིན་གྱི་སྒྲོ་འདུག་པ་མི་  
 རུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་རྒྱད་དུ་ཡང་རྣམ་འགྲེལ་ལས། ཡོན་ཏན་སྒྲོན་དང་རྗེས་  
 འགྲེལ་བའི། །འདོད་དང་སྤང་སོགས་སྒྲོང་བ་ནི། །དེ་དག་ཡུལ་ལ་མ་མཐོང་བས། །  
 ཡིན་གྱི་ཕྱི་ཚུལ་དག་གིས་མིན། །ཞེས་དང་། འདི་ཡུལ་སུན་ཡུང་མེད་པར་ནི། །དེ་  
 སྒྲོང་བར་ནི་རྒྱས་མ་ཡིན། །ཞེས་གང་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་བས་ཡུལ་བདག་  
 བཀག་པའི་སྒྲོ་ནས་ཡུལ་ཅན་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་དགག་དགོས་ལ། བདག་བཀག་  
 པ་ན་ཡང་འདི་སྒྲམ་དུ་ཉ་ཕྱིས་ལ་དདུལ་དང་། ཐག་ཁ་ལ་སྐྱུལ་དུ་འཛིན་པ་ལ་

སོགས་འཛིན་ཏེན་ན་ལུལ་པ་སྒྲིབ་པ་གང་ཇི་སྒྲིབ་པ་ཀུན་ནི་བདེན་རྒྱུན་པར་ཚུན་  
 ཚེས་མཐུན་པར་མཐོང་བ་ལས་སྒྲིབ་པར་མཐོང་གི་འགའ་ཡང་གཞི་མེད་པ་ལ་ལུལ་  
 པ་མ་མཐོང་བས་བདག་མེད་ན་བདག་ཏུ་ལྟ་བུ་ནི་གཞི་གང་ལ་བྱུང་སྒྲུལ་དུ་དགོས་  
 པ་ལ་བདག་ཏུ་ལུལ་པའི་གཞི་བསྟན་དགོས་ལ་དེ་ཡང་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་  
 སྤང་པོ་ལྟ་བོ་ན་ཡིན་ཏེ། ཇི་སྒྲིབ་དུ། དགོ་སྒྲོང་རམ་བྲམ་ཟེ་གང་ལ་ལ་བདག་གས་  
 བདག་གིར་ཡང་དག་པར་རྗེས་སུ་ལྟ་བུ་དེ་དག་ནི་ཉི་བར་ལེན་པའི་སྤང་པོ་ལྟ་བོ་  
 འདི་དག་ཁོ་ན་ལའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་བས་ན་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་སྒྲིབ་པའི་དོན་དུ་བདག་ཏུ་ལུལ་པའི་གཞི་  
 རྣམ་པ་ལྟ་བུ་བརྗོད་པའི་ཕྱིར་སྤང་པོ་ལྟ་བོ་ན་ར་བསྟན་མོ། །དེ་ལ་ལུས་ཡོངས་སུ་  
 བབྱུང་བ་དང་བཅས་པ་ནི་བདག་གི་གཞི་ཡིན་ཏེ། ལུས་མིག་ལ་སོགས་པ་དབང་པོ་  
 ལུས་ཡོངས་སུ་བབྱུང་བ་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་དོན་ལྟ་ལ་ཡོངས་སྒྲོང་པ་ན་ལྟ་བུ་  
 པོ་དང་ཉན་པོ་ལ་སོགས་པའི་བདག་ཏུ་ཞེན་པ་སྒྲིབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་བུའི་བདག་  
 འཛིན་གྱི་ལུལ་གཞི་བརྗོད་ཅིང་གསལ་བར་བྱ་བའི་ཆེད་དུ་གཟུགས་གྱི་སྤང་པོ་  
 བསྟན་མོ། །གཟུགས་མཐོང་བ་དང་སྒྲིབ་པ་སོགས་དབང་པོ་ལྟ་ཡུལ་ལ་ཞུགས་  
 པ་ཅུམ་དུ་གཤམ་པ་ན། དེ་ལྟ་བུའི་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་སྒྲིབ་སྒྲིབ། མིག་ལ་སོགས་པའི་  
 དབང་པོ་རྣམས་ནི་བདག་དང་ཚེས་མི་མཐུན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདིས་དགོ་སྒྲོང་གི་  
 འབྲས་བུ་ལ་ཡོངས་སྒྲོང་པ་ན་ཡོངས་སྒྲོང་ཏེ་ཆོར་བ་བདེ་སྤྲུག་བཅང་སྒྲོམས་ཡིན་  
 ལ་དེ་དག་གྱུར་བདག་གི་གཞི་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་གིས་དགོ་སྒྲོང་གི་རྣམ་སྒྲིལ་ལ་



ཡོངས་སྒྲིབ་པ་ན་རྣམ་སྒྲིན་སྟོང་བ་པོའི་བདག་ཏུ་ལབུལ་བ་སྐྱེ་བའི་བྱིར་རོ། །

དེ་ལྟ་བུའི་བདག་འཛིན་གྱི་ལབུལ་གཞི་བསྟན་པའི་བྱིར་དུ་ཆོར་བའི་ཡུང་  
 པོ་བརྗོད་དོ། །དག་སྒྲིག་གི་རྣམ་སྒྲིན་བདེ་སྟུག་སྟོང་བ་པོ་ཆོར་བ་བདེ་སྟུག་བཏང་  
 སྒྲོམས་རྣམས་ཡིན་པར་ཤེས་པ་ན་དེ་ལྟ་བུའི་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་ལྷོག་སྟེ། ཆོར་བ་  
 བདེ་སྟུག་རྣམས་བདག་དང་ཆོས་མི་མཐུན་པའི་བྱིར་རོ། །འདིས་བྲ་སྟོང་འདོགས་  
 བར་བྱེད་པས་ན་བྲ་སྟོང་ཏེ་འདུ་ཤེས་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་བདག་གི་གཞི་ཡིན་ཏེ། འདུ་  
 ཤེས་ཀྱིས་མཐོང་བྲོས་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་དོན་རྣམས་ལ་བྲ་སྟོང་འདོགས་པ་ན། དེ་  
 ལྟ་བུའི་བྲ་སྟོང་འདོགས་པ་པོའི་བདག་ཏུ་ལབུལ་བ་སྐྱེ་བའི་བྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་བུའི་  
 བདག་འཛིན་གྱི་ལབུལ་གཞི་བསྟན་པའི་བྱིར་དུ་འདུ་ཤེས་ཀྱི་ཡུང་པོ་བརྗོད་དོ། །  
 མཐོང་བྲོས་སྟུགས་ཀྱི་དོན་ལ་བྲ་སྟོང་འདོགས་པ་འདུ་ཤེས་སུ་ཤེས་པ་ན་དེ་ལྟ་བུའི་  
 བདག་ཏུ་འཛིན་པ་ལྷོག་སྟེ། འདུ་ཤེས་དང་བདག་ཆོས་མི་མཐུན་པའི་བྱིར་རོ། །  
 ཆོས་དང་ཆོས་མ་ཡིན་པ་ལ་སེམས་མཛོན་པར་འདུ་བྱེད་པའི་སེམས་པ་ལ་སྟུགས་  
 པའི་འདུ་བྱེད་རྣམས་ནི་བདག་གི་གཞི་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་གིས་སེམས་དང་སྟུགས་  
 ཆོས་དང་ཆགས་སྟུགས་ཆོས་མ་ཡིན་པ་ལ་བསྐྱུལ་ཅིང་མཛོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་ན་  
 ཆོས་དང་ཆོས་མ་ཡིན་པའི་ལས་སྟུགས་པ་པོའི་བདག་ཏུ་ལབུལ་བ་སྐྱེ་བའི་བྱིར་རོ། །

དེ་ལྟ་བུའི་བདག་འཛིན་གྱི་ལབུལ་གཞི་བསྟན་པའི་བྱིར་འདུ་བྱེད་ཀྱི་ཡུང་  
 པོ་བརྗོད་དོ། །སེམས་ཆོས་དང་ཆོས་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་ལ་མཛོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་པོ་  
 སེམས་པ་ལ་སྟུགས་པ་འདུ་བྱེད་རྣམས་ཡིན་པར་ཤེས་པ་ན་དེ་ལྟ་བུའི་བདག་ཏུ་

འཛིན་པ་ལྷོག་སྟེ། སེམས་དཔའ་སོགས་བདག་དང་ཆོས་མི་མཐུན་པའི་བྱིར་རོ། །  
གལ་ཏེ་མཐོང་བོས་སོགས་དང་བྲ་སྒྲུང་འདོགས་པ་སོགས་གཟུགས་སོགས་ཀྱི་སྤྱང་  
པོ་རྣམས་ཡིན་གྱི་བདག་མ་ཡིན་དུ་ཆུག་ཀྱང་གང་ལ་རྟེན་ནས་མིག་སོགས་དབང་པོ་  
རྣམས་ཡུལ་ལ་ལོངས་སྟོན་པ་དང་འདུ་ཤེས་ཀྱི་བྲ་སྒྲུང་འདོགས་པ་སོགས་བྱེད་པའི་  
རྟེན་དེ་ཉིད་བདག་ཡིན་ནོ་སྒྲུལ་དུ་དོགས་པ་ལ། སྤར་བཤད་པའི་བདག་གི་གཞི་དེ་  
དག་གི་གནས་རྣམས་བརྟེན་བརྟེན་པའི་བྱིར་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་སྤྱང་པོ་བརྗོད་དོ། །

དེ་ཡང་མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོའི་སྒྲོ་ནས་གཟུགས་སོགས་ཡུལ་ལ་  
འཇུག་པ་དང་འདུ་ཤེས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་མཐོང་བོས་སོགས་ཀྱི་དོན་ལ་བྲ་སྒྲུང་འདོགས་  
པར་བྱེད་པ་པོ་ནི་ཡིད་ཤེས་སོགས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་ཡིན་པར་ཤེས་པ་ན་  
དེ་ལྟ་བུའི་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་ལྷོག་སྟེ། །རྣམ་ཤེས་རྣམས་བདག་དང་ཆོས་མི་མཐུན་  
པའི་བྱིར་རོ། །ཅི་སྟེ་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་ལ་ཇི་སྒྲུང་བཤད་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་ལྟ་པོ་  
ཁོ་ནར་ངེས་ན་དེ་དག་བརྗོད་པའི་དོན་དུ། འབྲུལ་གཞི་སྤྱང་པོ་ལྟ་ཁོ་ནར་ངེས་པར་  
ངེགས་ཀྱང་བདག་ལྟ་ནི་དེ་ཙམ་དུ་ངེས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཇི་སྒྲུང་དུ་དབུ་མ་འཇུག་པར།  
ཟ་པོ་རྟག་དངོས་བྱེད་པོ་མིན་པའི་བདག །ཡོན་ཏན་བྱ་མེད་ལུ་སྟེགས་རྣམས་ཀྱི་  
བརྟགས། ཅིས་དང་། དབུ་མ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བསྟུས་པར་ཡང་། བྱེ་བྲག་པས་རྟེན་དང་  
ཀུན་འཇུག་ཟ་བྱེད་པོ། ཞེས་དང་། གསང་བ་པས། ས་དང་མེ་ཆུ་ལ་སོགས་པ། །དེ་  
ཤེས་རྟག་པའི་འཇུག་པ་ནི། །དེ་བདག་ཅན་གྱི་བདག་ཉིད་དོ། ཞེས་དང་། རིག་  
བྱེད་མཐའ་པས། ཤེས་པ་རྣམས་ལྟན་འཛིག་པ་མེད། །དེ་བཞིན་སྟོག་ཀྱང་བདག་



འདིར་འདུ། །ནམ་མཁའ་ལ་ནི་ཐ་དད་མེད། །དེ་བཞིན་བདག་ཀྱང་ངེས་པ་ཡིན། །  
 ཅེས་དང་། སྒྲོད་པ་བས། གཞན་བདག་བདག་ནི་ལྷོག་པ་དང་། །རྗེས་འགྲོའི་  
 བདག་ནི་ད་ཅན་གྱིས་ན། །སེམས་པའི་ངོ་བོ་ནི་ད་དུ་འདོད། །ཅེས་པ་དང་། རྒྱལ་བ་  
 བས། རྒྱལ་དཔོག་པ་བཞིན་རྒྱལ་བ་བས། །རྗེས་དང་རྣམ་གྲངས་ངོ་བོ་ཡིས། །སྒྲེས་  
 བྱ་སེམས་དཔའི་བདག་ནི་ད་འདོད། །

ཅེས་བཤད་པ་ལྟར། ཕྱི་རོལ་བ་རྣམས་ལ་བདག་གི་མཚན་ནི་ད་མི་འདྲ་བ་  
 དུ་མ་ཡོད་ཅིང་། དེ་དང་མཐུན་པའི་བདག་དུ་འཛིན་པ་ཡང་དུ་མ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་དང་།  
 ལུང་ལས་ཀྱང་། འཛིན་ཆོག་ས་ལ་ལྟ་བའི་མཐའ་ནི་ཤུ་ཅེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་ངོ་ཞེ་ན།  
 ཉེས་པ་འདི་མེད་དེ། འདི་ལྟར་བདག་དུ་ལྟ་བ་མི་འདྲ་བ་གང་རྗེས་ཅིག་ཡོད་པ་དེ་  
 ཐམས་ཅད་ནི་བདག་བེམས་པོའི་རང་བཞིན་དུ་འདོད་པ་དང་། ཤེས་པའི་རང་  
 བཞིན་དུ་འདོད་པ་གཉིས་སུ་ངེས་ལ། དེ་ལ་གང་དག་བདག་བེམས་པོར་འདོད་པ་  
 དེ་ཐམས་ཅད་ནི་སྒྲར་བཤད་པ་ལྟར་མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་རྣམས་ཡུལ་ལ་  
 འོངས་སྒྲོད་པའི་འབྲུལ་གཞི་བྱས་པ་ལས་བྱུང་བས། དེ་དག་ཀུན་གཟུགས་ཀྱི་ཕུང་  
 པོ་བསྟན་པ་ལས་ལྷོག་པར་འགྱུར་ལ། གང་དག་བདག་ཤེས་པར་འདོད་པ་དེ་དག་  
 ཀུན། ཆོར་བ་ལ་སོགས་པ་གཞི་སོ་སོ་རྣམས་ཀྱིས་དགེ་སྤྱོད་གི་རྣམ་སྒྲིན་ལ་འོངས་  
 སྒྲོད་པ་ལ་སོགས་པ་སྒྲར་བཤད་པའི་བྱ་བ་དེ་དང་དེ་བྱེད་པར་མཐོང་བ་ལས་  
 འདུག་པ་ཡིན་པས། དེ་དག་ཀུན་མིང་གཞིའི་ཕུང་པོ་བསྟན་པས་བརྒྲེག་པར་  
 འགྱུར་བའི་ཕྱིར་ངོ། །

དེ་ནི་ད་སྟོབ་དཔོན་སྟོ་གྲོས་བརྟན་པས་ཀྱང་། གྲངས་ཅན་སོགས་བདག་  
གཤེས་པར་འདོད་པ་རྣམས་མིང་བཞིའི་ཡུང་པོ་ལ་བདག་ཏུ་ལྟ་ཞིང་གཟུགས་ཡུང་ལ་  
བདག་གིར་ལྟ་ལ། རྩེ་བྲག་པ་སོགས་བདག་བེམས་པོར་འདོད་པ་རྣམས་གཟུགས་  
ཡུང་ལ་བདག་ཏུ་ལྟ་གིང་གཞན་བཞི་ལ་བདག་གི་བར་ལྟ་བར་བཤད་དོ། །འཇིག་  
ཚོགས་ལ་ལྟ་བའི་མཐའ་ནི་ཤུར་བཤད་པས་ཀྱང་གཞོད་པ་མེད་དེ། །དེ་དག་ལ་  
བདག་ཏུ་ལྟ་བ་ལྟ་དང་། བདག་གིར་ལྟ་བ་བཙོ་ལྟར་འདི་ནི་ད་དུ་འཆད་པར་འགྱུར་  
བའི་ཕྱིར་དང་། བདག་ལྟ་ལྟ་ཡང་ཡུང་པོ་ལྟའི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་  
ཡུང་པོ་ལྟ་བརྟན་པས་འཇིག་ལྟའི་མཐའ་ནི་ཤུར་བདག་ཏུ་ལྟ་བ་ལྟ་པོ་ལྟོག་ཅིང་། དེ་  
དག་ལོག་པས་ཀྱང་བདག་གིར་ལྟ་བ་རྣམས་རང་གི་རང་གིས་ལྟོག་པར་འགྱུར་ཏེ།  
བདག་མེད་ན་དེ་ལ་ལྟོས་པའི་བདག་གི་བར་བ་སྟོང་གདགས་སུ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
དེའི་ཕྱིར་འདིར་བདག་གི་གཞི་རྣམ་པ་ལྟ་ཅེས་གསུངས་ཀྱི་བདག་དང་བདག་གི་  
གཞི་ཅེས་མ་གསུངས་སོ། །

གཟུགས་ལ་སོགས་པ་བདག་གི་བའི་གཞི་མ་ཡིན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །  
གཟུགས་བདག་གི་ཡིན་པ་སོགས་སུ་འཇིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གང་དག་བདག་དང་  
བདག་གིར་འཇིན་པའི་གཞི་རྣམ་པ་ལྟ་བུ་བཞེད་པའི་ཕྱིར་ཅེས་འཆད་པ་དེ་དག་ནི་  
རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གཟུགས་སོགས་བདག་གི་བའི་གཞིར་བསྟན་པ་ལ་དགོས་པ་  
མེད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ། །ཅི་སྟེ་དེ་དག་ལ་བདག་གི་བར་འཇིན་པ་བསྟོན་པའི་དོན་དུ་འོ་ཅེས་།  
མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་བདག་གི་གཞིར་བསྟན་པས་བདག་ལྟ་མ་ལུས་པ་ལྟོག་ཅིང་དེ་

ལོག་ན་བདག་གི་ར་ལྟ་བུ་མ་ལུས་པ་རང་གིས་ལྟོག་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་སྟར་བཤད་  
 ཟེན་པའི་བྱིར་རོ། །ཅི་སྟེ་བདག་ཏུ་ལྟ་བུ་མི་ལྟོག་ན་གཟུགས་སོགས་བདག་གི་བའི་  
 གཞིར་བསྟན་གྱང་དེ་དག་ལ་བདག་གི་བར་འཛིན་པ་མི་ལྟོག་སྟེ། བདག་ཏུ་འཛིན་  
 པ་ཡོད་ན་བདག་གི་བར་འཛིན་པའི་སྟོང་རང་གི་རང་གིས་སྟེ་བའི་བྱིར་རོ། །དེ་སྐད་  
 དུ་ཡང་རྣམ་འགྲེལ་ལས་ངེས་པར་བདག་ལ་ཆགས་པ་ནི། །དམིགས་པ་ནང་གི་ཡན་  
 ལག་ལ། །རྩི་བོ་ཉིད་ཀྱིས་རྩིས་ཆགས་འགྱུར། །ཅེས་གང་གསུངས་པ་ཡིན་ཅོ། །

གཞན་ཡང་བདག་གི་བའི་སྟོང་གཟུང་བྱ་གཟུགས་སོགས་ལས་གཞན་དུ་  
 སྟོང་འདོགས་ས་ཡོད་ན་དེ་བསྟོག་པའི་དོན་དུ་དེ་དག་བདག་གི་བའི་གཞིར་སྟོན་པར་  
 རིགས་ན་ཡང་། གང་དག་བདག་གི་བར་འཛིན་པ་དེ་དག་ནི་གཟུགས་འདི་རའི་འོ་  
 ཅེས་སོགས་གཟུགས་སོགས་ཁོ་ན་བདག་གི་བར་འཛིན་པར་བྱེད་ཀྱི་དེ་དག་ལས་  
 གཞན་དུ་འཛིན་པར་མ་མཐོང་བའི་བྱིར་རོ། །ཅི་སྟེ་དེ་ལྟ་བུ་གཟུགས་སོགས་ལ་  
 བདག་ཏུ་འཛིན་པ་བསྟོག་པའི་དོན་དུ་ཡང་དེ་དག་བསྟན་མི་དགོས་པར་མཆུངས་  
 སོ་ཅེ་ན། དེ་ནི་མཆུངས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་གཟུགས་བདག་གི་བར་འཛིན་པ་  
 ན་གཟུགས་འདི་རའི་འོ་ཅེས་འཛིན་པ་ལྟར་གཟུགས་ལ་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་ན་  
 གཟུགས་འདི་ར་ཡིན་ཅོ་སྟམ་དུ་འཛིན་པར་བྱེད་ན་དེའི་ཆེ་གཟུགས་བདག་ཏུ་འཛིན་  
 པ་འདིའི་དམིགས་པའི་གཞི་གཟུགས་ཡིན་ཅོ་ཅེས་བསྟན་པ་ལ་དགོས་པ་མེད་པ་ཁོ་  
 ན་ཡིན་ཏེ། །དེ་ལ་འབྲུལ་པ་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །འོན་ཀྱང་གཟུགས་འདི་བདག་མ་  
 ཡིན་ཅོ་ཅེས་བསྟན་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཅོ། །དེ་ལྟ་བུ་ཡང་གཟུགས་ལ་བདག་ཏུ་འཛིན་



པའི་ཆེ་གཟུགས་འདི་ར་ཡིན་ནོ་སྙམ་དུ་འཛིན་པ་ནི་འགའ་ཡང་མེད་གྱི་འོན་ཀྱང་  
 མིག་ལ་སོགས་པས་གཟུགས་སོགས་ཡུལ་དུ་བྱེད་པ་ན་ངས་གཟུགས་མཐོང་ངོ་སྒྲི  
 ཐོས་སོ་སྙམ་དུ་འཛིན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། དེའི་ཆེ་གཟུགས་སྒྲི་སོགས་མཐོང་བ་  
 དང་ཐོས་པ་འདི་ནི་བདག་མ་ཡིན་གྱི་གཟུགས་གྱི་ཡུང་པོའི་ནང་ཆོན་མིག་ལ་སོགས་  
 པའི་དབང་པོ་རྣམས་ཡིན་ནོ་ཅེས་བསྟན་པར་བྱ་བ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ཁམས་གྱི་གྲངས་ངེས་ལ་དྲི་བ་ནི། ཅིའི་ཕྱིར་ཁམས་བཙོ་བརྒྱད་  
 ཁོ་ན་ཞེས་བྱ་སྟེ་བསྟན་ཡུལ་དང་དབང་པོ་དང་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཁམས་གསུམ་དུ་  
 ཡང་འགྱུར་ལ་མིག་དང་རྒྱ་བ་སོགས་ལ་གཉིས་གཉིས་སུ་བྱེ་ན་མང་པོར་ཡང་འགྱུར་  
 བས་སོ་ཞེ་ན། གཟུགས་སོགས་ཡུལ་དུག་ལ་ཉེ་བར་ཡོངས་སྟོན་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་  
 པ་དུག་གནས་གྱི་སྒྲི་ནས་འཛིན་པ་ལ་ལུས་མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་དུག་པས་  
 མང་མི་དགོས་ལ་ཉུང་ས་ན་མི་རྒྱས་པས་དབང་པོའི་ཁམས་དུག་ཏུ་ངེས་ལ་ཉེར་སྟོན་  
 དེ་དག་དམིགས་པའི་སྒྲི་ནས་འཛིན་པ་ལ་ཡོངས་སུ་བབྱང་བ་ཡུལ་དུག་པས་མང་མི་  
 དགོས་ཤིང་ཉུང་ན་མི་རྒྱས་པས་ཡུལ་གྱི་ཁམས་དུག་ཏུ་ངེས་ལ། ཉེར་སྟོན་དེ་དག་གི་  
 རང་གི་མཆོན་ཉིད་འཛིན་པ་ལ་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཁམས་དུག་ཏུ་ངེས་པས་ཁམས་  
 བཙོ་བརྒྱད་དུ་ངེས་སོ། །འདས་པ་ནི་བབྱང་ཟེན་པ་དང་། ད་ལྟར་བ་ནི་འཛིན་  
 བ་ཞེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་འདས་པ་དང་ད་ལྟར་གྱི་ཞེས་སྟོས་གྱི་མ་འོངས་པ་ནི་འཛིན་  
 པའི་ངེས་པ་མེད་པས་མ་སྟོས་སོ། །ཉེ་བར་སྟོན་པ་ནི་འདིར་འདུག་པའི་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པ་དུག་ཡིན་ཏེ་གཟུགས་སོགས་ཡུལ་དུག་གི་ཡོངས་སྟོན་ལ་ཉེ་བར་སྟོན་པའི་

ཕྱིར་རོ། །ཀུན་གཞི་དང་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ཡུལ་ལ་  
ཡོངས་སྟོང་བྱེད་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅི་སྟེ་དེ་དག་གིས་ཀྱང་གཟུགས་སོགས་  
ཡུལ་རྣམས་ལ་ཉེ་བར་སྟོང་ན་མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་རྣམས་དོན་མེད་པར་  
བྲལ་བའི་ཕྱིར་དང་། འདུ་ཤེས་མེད་པ་དང་འགོག་པ་ལ་སྟོམས་པར་ཞུགས་པ་  
རྣམས་ཀྱང་ཡུལ་ལ་ཡོངས་སྟོང་པར་བྲལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དབུས་མཐར། གཅིག་ནི་  
ཀུན་གཞི་རྒྱུན་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས། །གཉིས་པ་ཚོགས་དྲུག་ཉེ་བར་སྟོང་པ་ཅན། །ཉེ་བར་  
ཆོར་བ་སྟོང་དང་ཡོངས་འདུ་ཤེས་གཅོད་དང་། །དེའི་འདུག་བྱེད་སེམས་ལས་བྱུང་བར་ག་  
གཞན་རྣམས། །ཅིས་ཆོར་བ་ལ་ཉེ་བར་སྟོང་པར་བཤད་པ་མ་ཡིན་ནམ་འདིར་རྣམ་  
ཤེས་ལ་འཆད་པ་ཅི་ཞེ་ན། སྟོར་ཉེ་བར་སྟོང་བྱེད་ལ་སྟེ་བའི་ཡོངས་སྟོང་དང་ཡུལ་གྱི་  
ཡོངས་སྟོང་གཉིས་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་དང་པོ་ནི་དག་སྟོག་གི་རྣམ་སྟོན་སེམས་གདུང་  
བར་མ་རྣམས་ཡིན་ལ།

གཉིས་པ་ནི་གཟུགས་ཡིད་དུ་འོང་མི་འོང་བར་མའོ། །ཉེ་བར་སྟོང་བྱེད་  
ཀྱང་རྣམ་པ་གཉིས་དེ་རྣམ་སྟོན་ལ་ཉེ་བར་སྟོང་པ་དང་། ཡུལ་ལ་ཉེ་བར་སྟོང་པའོ། །  
དང་པོའི་དབང་དུ་བྱས་ན་ཆོར་བ་ཉིད་ཉེ་བར་སྟོང་པ་ཡིན་ལ། གཉིས་པའི་དབང་དུ་  
བྱས་ན་རྣམ་ཤེས་ཁོ་ན་ཉེར་སྟོང་ཡིན་པས་སྟོན་མེད་ལ། ཡང་ན་ཆོར་བ་བདེ་སྟུག་ནི་  
གསལ་པོར་ཉམས་སུ་སྟོང་བས་ཉེར་སྟོང་ཡིན་ལ་དེ་དག་དང་མཆོངས་པར་ལྷན་  
པའི་རྣམ་ཤེས་དྲུག་ལ་ཡང་གྲོགས་ཀྱི་མིང་གིས་ཉེ་བར་བཏགས་པ་ལ་འགལ་བ་  
མེད་དོ། །ཉེར་སྟོང་འཛིན་པ་ཐམས་ཀྱི་དོན་དུ་འཛོག་པ་ཡང་། བྱེ་བྲག་པ་ལ་

སོགས་པ་རྣམས་བདག་རྟག་པའི་དོན་ལ་འདྲེ་ལ་གྲུབ་པའི་རྣམ་ཤེས་རྣམས་  
 གྱིས་གཟུགས་ལ་སོགས་ཡུལ་རྣམས་ལ་ཉེ་བར་ཡོངས་སྟོན་པ་འབྲང་པ་ཡིན་ན། །  
 སངས་རྒྱས་པ་གང་དག་བདག་མེད་པར་སྤང་བོ་ཆོས་ཙམ་དུ་སྟོན་པ་རྣམས་གྱི་ལུགས་  
 ལ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་འདི་རྣམས་རྟོན་གང་ལ་གནས་ནས་ཡུལ་ལ་ཉེ་བར་སྟོན་སྟེ་  
 དུ་དོགས་པ་བསལ་བའི་ཆེད་ཡིན་ལོ། །

གསུམ་པ་སྟེ་མཆེད་གྱི་གྲངས་ལ་དྲེ་བའི། ཅིའི་ཕྱིར་སྟེ་མཆེད་རྣམས་བཅུ་  
 གཉིས་ཁོ་ན་ཞེས་བྱ་སྟེ་ཕྱི་དང་ནང་གི་སྟེ་མཆེད་གཉིས་སུ་ཡང་འགྱུར་ལ་མང་པོར་  
 ཡང་དབྱེར་རུང་བས་སོ། །ཞེ་ན། མ་འོངས་པའི་ཉེ་བར་སྟོན་པ་རྣམ་ཤེས་རྟག་གི་  
 གནས་བྱས་པའི་སྟོ་ནས་སྟེ་བའི་སྟོ་བྱེད་པ་ལུས་མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་རྟག་  
 ལས་མང་མི་དགོས་ཤིང་ཉུངས་ན་མི་རྣམས་ལ་ཉེར་སྟོན་དེ་དག་གི་དམིགས་པ་བྱས་  
 པའི་སྟོ་ནས་དེ་དག་སྟེ་བའི་སྟོ་འབྱེད་པ་ལ་ཡོངས་སུ་བཟུང་བ་གཟུགས་སོགས་  
 ཡུལ་རྟག་ལས་མང་མི་དགོས་ཤིང་ཉུངས་ན་མི་རྣམས་པས་ཕྱི་དང་ནང་གི་སྟེ་མཆེད་  
 བཅུ་གཉིས་སུ་ངེས་པ་ཡིན་ལོ། །འངས་ད་ལྟར་གྱི་ཉེར་སྟོན་རྣམས་ནི་སྟེས་ཟེར་  
 པས་སྟེ་བའི་སྟོ་མི་དགོས་པར་དགོངས་ནས་མ་འོངས་པའི་ཅེས་སྟོས་ལ། རྣམ་ཤེས་  
 རྟག་པོ་རྣམས་གྱིས་ཉེར་སྟོན་སྟེ་བའི་སྟོ་འབྱེད་པའི་ཆ་རྣམས་ནི་ཡིད་གྱི་སྟེ་མཆེད་དུ་  
 འདུས་ལ། སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་དང་ལྡན་མིན་འདྲ་བྱེད་ཆོས་ཀྱི་སྟེ་མཆེད་  
 པའི་གཟུགས་དང་བཅུས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཉེར་སྟོན་སྟེ་བའི་སྟོ་བྱེད་པའི་ཆ་རྣམས་ཆོས་  
 ཀྱི་སྟེ་མཆེད་ཀྱི་ནང་དུ་འདུས་པས་དེའི་ཕྱིར་ལུས་དང་ཡོངས་སུ་བཟུང་བ་གཉིས་ཉིད་



ཅེས་ངེས་པར་བཟུང་བ་བྱས་སོ། །

ཤེས་རིག་ཏུ་འདྲ་བ་ལ་རྣམ་ཤེས་བཞིན་དུ་སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་ཀྱང་  
ཅིའི་ཕྱིར་ཡིད་ཀྱི་སྒྲེ་མཆེད་དུ་མི་བཞག་ཅེན། དེ་དག་ནི་སེམས་ལས་སྐད་ཅིག་རེ་  
རེ་བཞིན་འབྱུང་གི་རང་གི་རིགས་འདྲ་སྒྲ་མ་ལས་ཕྱི་མ་འབྱུང་བའི་རྒྱན་མེད་པས་མི་  
བརྟན་པའི་ཕྱིར། རྣམ་ཤེས་གཞན་གྱི་གནས་སྒྱུན་པའི་རྣམ་པ་མེད་ལ། རྣམ་ཤེས་  
གཞན་གྱིས་གནས་སྒྱུན་པར་བྱེད་པ་ལ་ཡིད་ཀྱི་སྒྲེ་མཆེད་དུ་བཞག་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
གལ་ཏེ་རྣམ་ཤེས་འདི་རྣམས་རྒྱུན་བཞི་ལས་སྒྲེ་བར་འདྲ་བ་ལ་བདག་རྒྱུན་དང་  
དམིགས་རྒྱུན་གྱི་སྒྲེ་མཆེད་འཛིག་ལ་རྒྱ་དང་དེ་མ་ཐག་རྒྱུན་གྱི་སྒྲེ་མཆེད་མི་འཛིག་  
པ་ཅི་ཞེན། རྣམ་ཤེས་འདི་རྣམས་ཀྱི་གནས་དང་དམིགས་པ་སོ་སོར་ངེས་པའི་ཕྱིར་  
བདག་རྒྱུན་དབང་པོ་དང་དམིགས་རྒྱུན་ཡུལ་གྱི་སྒྲེ་མཆེད་བཞག་ལ། འདི་དག་གི་  
གནས་དང་དམིགས་པ་ངེས་པ་ལྟར་དུ་རྒྱུའི་རྒྱུན་དང་དེ་མ་ཐག་པའི་རྒྱུན་སོ་སོར་  
ངེས་པ་མེད་དེ། འདི་དག་ཀུན་རྒྱུའི་རྒྱུན་ཀུན་གཞི་གཅིག་ལས་སྒྲེ་བའི་ཕྱིར་དང་།  
དེ་མ་ཐག་རྒྱུན་རང་གི་སྒྲ་ལོགས་ཀྱི་ཤེས་པ་རིགས་མཐུན་པ་ལས་སྒྲེ་བས་སོ་སོར་ངེས་  
ཀྱང་དེ་རྣམས་ནི་ཡིད་ཀྱི་སྒྲེ་མཆེད་ཅེས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱས་ནས་བརྟན་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
དེའི་ཕྱིར་རྣམ་ཤེས་རྣམས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན་དང་དེ་མ་ཐག་རྒྱུན་གྱི་སྒྲེ་མཆེད་དང་ཁམས་  
རྣམས་མ་བཞག་གོ། ཅི་སྒྲེ་ཀུན་གཞི་དང་ཉོན་ཡིད་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་  
སྒྲེ་བའི་སྒྲོ་བྱེད་པའི་ཆ་ནས་ཀྱང་ཅིའི་ཕྱིར་སྒྲེ་མཆེད་དུ་མ་བཞག། །གང་གིས་ན་ཉེ་  
བར་སྒྲོད་པ་རྣམ་པ་དུག་སྒྲེ་བའི་སྒྲོ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཅེས་རྣམ་ཤེས་དུག་གི་སྒྲེ་སྒྲོ་

བྱེད་པའི་ཆ་ནས་སྐྱེ་མཆེད་དུ་བཞག་ཅི་ན། བདག་མེད་ན་གཟུགས་སོགས་ཡུལ་  
 གྲུག་ལ་ཉེ་བར་སྦྱོད་པ་འདི་ཅི་ཞིག་སྙམ་པའི་དགོས་པ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ལ། དེ་  
 བསལ་བའི་ཕྱིར་རྣམ་ཤེས་དུག་གི་སྒྲིབ་བྱེད་པའི་ཆ་ནས་སྐྱེ་མཆེད་དུ་བཞག་སྟེ། འདི་  
 ལྟར་སྒྲར་བཤད་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྣམ་ཤེས་དུག་ཁོ་ན་ཉེར་སྦྱོད་དུ་འབྱུང་ལ། དེ་ཡང་  
 དབང་པོ་དུག་གིས་གནས་དང་། ཡུལ་དུག་གིས་དམིགས་པ་བྱས་པའི་སྒྲིབ་ནས་ཡུལ་  
 ལ་ཉེ་བར་སྦྱོད་པའི་རྣམ་ཤེས་སྐྱེ་བ་ཙམ་དུ་ཤེས་པ་ན་ཡུལ་ལ་ཉེ་བར་སྦྱོད་པའི་  
 བདག་མེད་པར་རྟོགས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །སྐྱེ་བའི་སྒྲིབ་ཅེས་པ་ཡང་རྣམ་ཤེས་  
 སྐྱེ་བའི་ཐབས་སུ་གྱུར་པ་ཙམ་ལ་བྱ་བའི་རྒྱུ་དོན་ཅན་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཆོས་ཁམས་  
 གྱི་ཕྱོགས་གཅིག་ནམ་མཁའ་ལ་སོགས་པས་འབྲས་བུ་ལ་ཕན་པ་ཉེ་བ་སྦྱོར་བ་མི་  
 འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་དག་གྱུར་རང་ལ་དམིགས་པའི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྐྱེ་  
 བའི་ཐབས་ཙམ་དུ་འགྱུར་ཏེ། དཔེར་ན་སྐྱེས་བུ་ཆུན་པོ་ས་གཞི་ལ་གནས་ཤིང་  
 ལའང་བ་ལ་རྟེན་ནས་ལྷང་བར་རྩྭ་པ་ལྟར་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་རང་གི་དབང་  
 པོ་ལ་གནས་ཤིང་དམིགས་པ་ལ་རྟེན་ནས་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །

གསུམ་པ་ཆོས་གསུམ་ཉེར་ལེན་ཅན་དུ་བསྟན་པ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་  
 སྤང་པོ་ཉེར་ལེན་ཅན་དུ་བཞག་པ་ལ་དྲི་བ་ནི། མདོ་ལས། དགེ་སྦྱོང་དག་བྱེད་ལ་  
 སྤང་པོ་རྣམས་དང་ཉེ་བར་ལེན་པའི་སྤང་པོ་རྣམས་བསྟན་པར་བྱའོ་ཞེས་གསུངས་ན་  
 ཅིའི་ཕྱིར་ཉེ་བར་ལེན་པའི་སྤང་པོ་རྣམས་ཞེས་བྱ་ཞེན། ལན་ནི། འོག་ནས་འཆད་  
 པའི་ཉེ་བར་ལེན་པ་དག་དང་ལྡན་པ། དེའི་ཕྱིར་ཟག་བཅས་ཀྱི་གཟུགས་ལ་སོགས་

པ་རྣམས་ལ་ཉེ་བར་ལེན་པའི་ཡུང་པོ་ཞེས་བྱ་དེ། བ་ལང་དང་ལྷན་པའི་གིང་རྩ་ལ་བ་  
 ལང་གི་གིང་རྩ་ཞེས་པ་བཞིན་ནོ། །ལྷན་པའི་རྩུ་ལ་ཡང་ཉེར་ལེན་གྱི་བདག་ཉིད་དང་  
 ཉེར་ལེན་གྱི་རྩུ་ལས་ཡུང་བ་སོགས་སྒྲིག་དང་འབྲེལ་བ་ལ་བྱ་སྟེ། ཟག་པའི་རྩུ་  
 ལས་ཡུང་བ་སོགས་ལ་ཟག་པ་དང་། བཅས་པ་ཞེས་བརྗོད་པ་བཞིན་ནོ། །གང་ཡི་  
 བེས་རེལ་གཉེན་ཡང་ཉེར་ལེན་དམིགས་བྱེད་དང་མཚུངས་ལྷན་དུ་ལྷན་པ་ལ་ལྷན་  
 པའི་དོན་དུ་འཆད་པ་ནི་རིགས་པར་མ་མཐོང་སྟེ། དེ་ལྷན་འདིར་ཟག་པ་དང་  
 བཅས་པ་གང་ཟག་པ་དམིགས་བྱེད་དང་མཚུངས་ལྷན་དུ་ལྷན་ཅམ་གྱིས་འཛོག་  
 པར་བལ་བའི་ཕྱིར་དོ། །

ཉེ་བར་ལེན་པ་ནི་བྱེ་བྲག་སྒྲིབ་པ་སོགས་ཉེན་མོངས་སྒྱི་ལ་འདོད་ཅིང་།  
 ཉེར་ལེན་ཡུང་པོ་ཅེས་པ་ཡང་རྩུ་དང་སོག་མའི་མེ་ཅེས་པ་ལྷར་ནང་གི་ཡུང་པོ་རྣམས་  
 ནི་ཉེར་ལེན་ལས་ཡུང་བས་དང་། རྩུ་ལ་པོའི་མེ་ཅེས་པ་ལྷར་ཕྱིའི་སྒྲིབ་རྣམས་ནི་ཉེར་  
 ལེན་ལ་རག་ལས་བསམ། ཡང་ན་གཉིས་ཀ་ཡང་མེ་ཏྲག་དང་འབྲེལ་གིང་ཅེས་པ་  
 ལྷར་ཉེར་ལེན་སྒྱེད་པས་ན་ཉེར་ལེན་གྱི་ཡུང་པོ་ཞེས་བྱའོ་ཞེས་འདོད་ཀྱང་གཞུང་  
 འདིར་ཐོབ་འདོད་གྱི་འདུན་པ་དང་མི་འབྲལ་བར་འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་གཉིས་  
 ལ་ཉེ་བར་ལེན་པ་ཞེས་བྱའོ། །ཅིའི་ཕྱིར་དེ་གཉིས་ལ་ཉེ་བར་ལེན་པ་ཞེས་བྱ་ཞེ་ན།  
 ལྷག་བསྐྱེལ་གྱི་ཡུང་པོ་ལ་མཛོན་པར་འདོད་ཅིང་དང་དུ་ལེན་པ་ནི་ཉེ་བར་ལེན་པའི་  
 དོན་ཡིན་ལ་དེ་ཡང་འདུན་པ་དང་འདོད་ཆགས་གཉིས་ལ་ཡོད་པ་ཡིན་དེ། འདི་  
 ལྷར་འདུན་པས་ནི། མ་འོངས་པ་སྒྱེ་བ་ཕྱི་མའི་ཡུང་པོ་ལ་ཐོབ་པར་འདོད་པའི་



འདུན་པ་སྒྲིབ་པའི་སྒྲོ་ནས་དེ་མཆོད་པར་འགྲུབ་པར་བྱེད་པའི་བྱིར་དང་། འདོད་  
 ཆགས་ཀྱིས་ད་ལྟར་བ་ཆེ་འདིའི་ཕུང་པོ་ལ་ལྟག་པར་ཆགས་པའི་སྒྲོ་ནས་དེ་ཡོངས་  
 སུ་མི་གཏོང་བའི་བྱིར་རོ། །ཅི་སྟེ། འདས་པའི་ཕུང་པོ་ལ་ལྟས་པའི་སྒྲིབ་པ་ཡང་ཡོད་  
 པ་མ་ཡིན་ནམ་ངེ་ལྟར་ན་མ་འོངས་པ་དང་ད་ལྟར་གྱི་ཕུང་པོ་ལ་ཆགས་པ་ཁོ་ན་ཉི་  
 བར་ལེན་པར་མཛད་ཅི་ན། ལྟས་པའི་སྒྲིབ་པ་གང་ཡིན་པ་དེས་ནི་འདས་པའི་ཕུང་  
 པོ་ལ་ཆགས་པ་ཅུ་ཟད་གྱི་དེ་ཉི་བར་ལེན་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ་འདས་པ་ནི་འགགས་  
 པས་སུས་ཀྱང་དང་དུ་སྒྲིབ་པར་མི་རུས་པའི་བྱིར་དང་། དེ་ཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་འགའ་  
 ཡང་འབད་པ་མི་བྱེད་པའི་བྱིར་རོ། །མ་འོངས་པ་དང་ད་ལྟར་གྱི་ཕུང་པོ་དེ་དག་ནི་  
 དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ཏེ། །ཆེ་འདི་དང་བྱི་མའི་ཕུང་པོ་བདེ་བའི་དོན་དུ་ཀུན་གྱང་སྒྲིབ་དོར་  
 ལ་འཇུག་ལྟོག་བྱེད་པར་དམིགས་པའི་བྱིར་རོ། །དེའི་བྱིར་ད་ལྟར་བ་དང་མ་འོངས་  
 པའི་ཕུང་པོ་ལ་ཆགས་པ་དག་གིས་ནི་སྟུག་བསྐྱེལ་གྱི་ཕུང་པོ་ཉི་བར་ལེན་པར་བྱེད་  
 ལ་འདས་པ་མ་སྒྲིབ་པས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཅི་སྟེ་མ་དེག་པ་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་  
 གཞན་རྣམས་དང་བསོད་ནམས་ལ་སོགས་པའི་ལས་རྣམས་ཀྱང་སྟུག་བསྐྱེལ་གྱི་  
 རྒྱར་གསུངས་པ་མ་ཡིན་ནམ་སྒྲིབ་པའི་མཆོམ་ཉིད་ཅན་གྱི་འདུན་པ་དང་འདོད་  
 ཆགས་ཁོ་ན་ལ་སྟུག་བསྐྱེལ་འགྲུབ་བྱེད་གྱི་ཉི་བར་ལེན་དུ་འཆད་པ་ཅི་ཞེ་ན། སྟུག་  
 བསྐྱེལ་གྱི་ཕུང་པོ་འགྲུབ་པར་བྱེད་པ་ལ་ལས་དང་ཉོན་མོངས་གཞན་དག་ལས་སྒྲིབ་  
 པ་གཙོ་ཆེ་བའི་བྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ཡང་མདོ་ལས། སྟུག་བསྐྱེལ་ཀུན་འབྱུང་བ་  
 འཕགས་པའི་བདེན་པ་གང་ཞེ་ན། སྒྲིབ་པ་ཡང་འབྱུང་བ་ཅན་དགའ་བའི་འདོད་

ཆགས་དང་ལྷན་པ་དེ་དང་དེ་ལ་མདོན་པར་དགའ་བའི་དང་ཚུལ་ཅན་ཞེས་པ་དང་།  
རྣམ་འགྲེལ་ལས་མི་ཤེས་སྤྱོད་པའི་རྒྱ་ཡིན་ཡང་། །མ་བཟོད་སྤྱོད་པ་ཉིད་བཤད་པ། །  
རྒྱན་ནི་འཕེན་པར་བྱེད་བྱིར་དང་། །དེ་ལ་ཐག་བྱིར་ལས་རྒྱུར་མིན། །ཞེས་གསུངས་  
པའི་བྱིར་རོ། །

དེའི་དོན་ཡང་འདི་ལྟར། སྒྲིལ་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པ་གཉིས་ཀ་སྒྲུག་  
 བསྐྱེལ་གྱི་རྒྱ་ཡིན་ཡང་ཉོན་མོངས་ཉིད་གཙོ་བོ་ཡིན་ཏེ། ཉོན་མོངས་ཡོད་ན་སྒྲུལ་  
 བསྐྱེལ་གྱི་ཐུགས་པའི་ལས་ཀྱིས་ཀྱང་སྒྲེ་བ་འགྲུབ་པར་བྱེད་ཅིང་སྒྲེ་བ་འཕེན་བྱེད་གྱི་  
 ལས་གསར་པ་ཡང་སོག་པར་འགྲུབ་པའི་ཕྱིར་དང་། ཉོན་མོངས་མེད་ན་བསྐྱེལ་  
 བསྐྱེལ་གྱི་ལས་ཀྱིས་ཀྱང་རྒྱན་དང་བྲལ་བའི་ས་བོན་བཞིན་དུ་སྒྲེ་བ་སྒྲེད་མི་རུས་ལ།  
 སྒྲེ་བ་འཕེན་བྱེད་གྱི་ལས་གསར་པ་ཡང་སོག་པར་མི་འགྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་  
 ཡང་རྣམས་འགྲེལ་ལས། ལས་དང་ལུས་དག་གནས་ན་ཡང་། །གཅིག་མེད་ཕྱིར་ན་རྒྱ་  
 གསུམ་ཅན། །སྒྲེ་བ་སྒྲིད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །ས་བོན་མེད་པར་སྒྲུག་བཞིན། །ཞེས་དང་།  
 ལས་ལས་ཉེས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །སྒྲིལ་ལུས་བྱེད་ཡིན་བསྐྱོག་ལས་མིན། །ཞེས་གང་  
 གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །ཉོན་མོངས་གཞན་རྣམས་ལས་ཀྱང་སྒྲེད་པ་ཉིད་གཙོ་བོ་ཡིན་ཏེ།  
 ལ་སོགས་པ་དང་། སྒྲེ་བ་ལེན་པ་རྒྱུའི་གཙོ་བོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ལས་  
 སོག་པར་བྱེད་པ་ལ་སྒྲེད་པ་གཙོ་བོ་ཞེ་ན། དེ་ཡང་འདི་ལྟར་སྒྲེ་བ་འཕེན་བྱེད་གྱི་  
 ལས་ནི་རྣམས་པ་གསུམ་སྟེ། བསོད་ནམས་དང་བསོད་ནམས་མ་ཡིན་པ་དང་། མི་  
 གཡོ་བའི་ལས་སོ། །དེ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅི་འདྲ་བ་ནི་འོག་ནས་འཆད་པར་

འགྱུར་རོ། །དེ་ལ་བསོད་ནམས་མ་ཡིན་པས་ནི་ངན་འགྲོ་ནམས་འཕེན་ལ། བསོད་  
ནམས་དང་མི་གཡོ་བའི་ལས་ནམས་ཀྱིས་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་འདོད་པའི་ལྷ་མི་དང་།  
ཁམས་གོང་མ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲེ་བ་འཕེན་པར་བྱེད་པས། སྒྲེ་འགྲོ་ཡང་དེ་ཅུམ་དུ་ཟད་  
བའི་ཕྱིར། འཕེན་བྱེད་ཀྱི་ལས་ཀྱང་གསུམ་པོ་དེ་ཉིད་དུ་ངེས་པ་ཡིན་ཅོ། །

ལས་གསུམ་པོ་དེ་དག་ཀྱང་སྤྱོད་པའི་དབང་གིས་སོག་པར་བྱེད་དེ། །འདི་  
ལྟར་མ་རིག་པས་བདག་ཏུ་སྒྲོངས་པར་བྱས་པ་ལས་བདག་བདེ་བར་འདོད་པའི་  
སྤྱོད་པ་དང་གིས་སྒྲེ་ལ་དེའི་ཆེ་བདག་ཆེ་འདིའི་བདེ་བ་ལ་སྤྱོད་པའི་དབང་གིས་  
བསོད་ནམས་མ་ཡིན་པའི་ལས་སོག་པར་བྱེད་ཅིང་། ཕྱི་མའི་འདོད་ཡོན་གྱི་བདེ་བ་  
ལ་སྤྱོད་པའི་དབང་གིས་བསོད་ནམས་དང་། སྒྲོམས་འཇུག་གི་བདེ་བ་ལ་སྤྱོད་པའི་  
དབང་གིས་མི་གཡོ་བའི་ལས་སོག་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅི་སྒྲེ་མ་རིག་པའི་རྒྱུན་  
གྱིས་འདུ་བྱེད་ཅེས་ལ་སོག་པ་ལ་མ་རིག་པ་གཙོ་བོ་མ་ཡིན་ནམ་ངེ་ལྟར་སྤྱོད་པ་  
ཉིད་གཙོ་ཞེ་ན། མ་རིག་པ་ནི་འདུ་བྱེད་ནམས་ཀྱི་དང་པོའི་རྒྱ་ཡིན་པས་དེ་སྤྱོད་ཅེས་  
བཤད་དེ། རི་སྤྱོད་དུ། འགྲེལ་པ་དོན་གསལ། བཙོམ་ལྷན་འདས་མ་ལ་རབ་ཏུ་དང་  
བ་ནི་ལེགས་པ་ཐམས་ཅད་བློ་བའི་རྒྱའི་གཙོ་བོ་ཡིན་ཅོ་ཞེས་བཤད་པ་ལྟ་བུའོ། །  
དེ་བས་ན་མ་རིག་པ་ནི་སྤྱོད་པ་ལྟར་ལས་ནམས་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་ནི་མ་  
ཡིན་ཏེ། འདོད་པའི་སས་བསྐྱས་ཀྱི་མ་རིག་པ་གཙོག་གིས་ཀྱང་ལས་གསུམ་ཀའི་  
རྒྱ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །མ་རིག་པ་ལྟར་ས་གཙོག་གི་སྤྱོད་པས་ནི་ལས་གསུམ་ཀའི་རྒྱ་  
བྱེད་པ་མི་སྤྱོད་དེ། འདོད་པའི་སྤྱོད་པས་ནི་བསོད་ནམས་དང་བསོད་ནམས་མ་ཡིན་



པའི་ལས་ཁོ་ནའི་རྒྱ་བྱེད་ལ། ཁས་ས་གོང་གི་སས་བསྐྱས་པ་སྤྱིད་པའི་སྤྱིད་པས་མི་  
གཡོ་བའི་ལས་ཁོ་ནའི་རྒྱ་བྱེད་པའི་བྱིར་རོ། །འདོད་པའི་སྤྱིད་པ་ལ་ཡང་གང་ཞིག་  
གི་ཆེ་འདིར་འདོད་པའི་བདེ་བ་ལ་སྤྱིད་པས་ནི་བསོད་ནམས་ས་ཡིན་པའི་ལས་ཁོ་  
ན་སོག་པར་བྱེད་ལ། བྱི་མར་འདོད་པའི་བདེ་བ་ལ་སྤྱིད་པས་བསོད་ནམས་ཀྱི་ལས་  
ཁོ་ན་སོག་པར་བྱེད་དོ། །དེ་བས་ན་སྤྱིད་པ་ནི་ས་རིག་པ་ལ་སྟོས་ནས་ལས་ཀྱི་བྱུན་  
མོང་ས་ཡིན་པའི་རྒྱ་བྱེད་པས་གཙོ་བ་ཡིན་ལ། ཞེ་སྤང་ལ་སོགས་པ་ཉོན་མོངས་  
ག་ཞེན་དག་རྒྱར་མེད་པར་ཡང་ལས་གང་ཡང་རུང་བ་སོག་པ་སྤྱིད་ལ། སྤྱིད་པ་རྒྱར་  
མེད་པར་ལས་གང་ཡང་སོག་པ་མི་སྤྱིད་པས་ཉོན་མོངས་ག་ཞེན་ལ་སྟོས་ནས་སྤྱིད་  
པ་ལས་ཀྱུན་གྱི་བྱུན་མོང་བའི་རྒྱ་ཡིན་པས་དེ་དག་ལས་གཙོ་བ་ཡིན་ནོ། །དེའི་བྱིར་  
བྱོག་མར་ལས་སོག་པའི་ཆེན་ཡང་སྤྱིད་པ་གཙོ་བོ་ཞེས་བཤད་དོ། །

ཅིའི་ཕྱིར་སྐྱེ་བ་ལེན་པ་ལ་སྤེད་པ་གཙོ་བོ་ཡིན་ཞེ་ན། མ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱེ་  
 གནས་རྣམས་ལ་བདེ་བར་བཟུང་ནས་དེ་ཐོབ་པར་འདོད་པའི་སྤེད་པའི་དབང་གིས་  
 སྐྱེས་གནས་དེ་དང་དེར་ཉིར་འཛམས་སྐྱེར་བ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་འགའ་ཡར་བས་  
 གོས་ལ་སོགས་པའི་ཡོ་བྱད་རྣམས་ལའང་ཐོབ་འདོད་མེད་པར་རང་དབང་དུ་དེ་  
 དག་ལེན་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱང་དབང་ཕྱུག་ལ་སོགས་  
 བས་རང་དབང་མེད་པར་མངལ་སོགས་སུ་འབྲིད་པ་ནི་མ་ཡིན་གྱི་འོན་ཀྱང་རང་  
 དགར་མངལ་སོགས་སྐྱེ་གནས་རྣམས་སྤངས་པར་རིགས་པས་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 དེ་ལྟར་ཡང་རྣམས་འགྲེལ་ལས། བདག་ལ་ཆགས་པ་དང་ལྡན་པས། །སེམས་ཅན་

གཞན་གྱིས་བགྱི་མིན་པར། །བདེ་སྤྲུག་དོར་ཐོབ་འདོད་པ་ཡིས། །དམན་པའི་  
གནས་ནི་ཡོངས་སུ་ལེན། །ཞེས་གང་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་གང་ཟག་གང་ལ་འཆི་འཕོ་བའི་ཆེ་འདོད་པའི་སྤྲེད་པ་ཡོད་པ་  
ནི་གདོན་མི་ཟ་བར་འདོད་པར་ཉིང་འཆམས་སྒྲོར་བར་བྱེད་ལ་འདོད་པའི་སའི་མ་  
རིག་པ་དང་ལས་ཡོད་པ་ལ་ནི་ངེས་པ་མེད་དོ། །དཔེར་ན་འདོད་པའི་རྟེན་ཅན་གྱི་  
ཕྱིར་མི་འོང་ལ་དེའི་ས་པའི་མ་རིག་པ་དང་ལས་ཡོད་ཀྱང་འདོད་པར་མི་སྒྲེ་བ་  
བཞིན་ནོ། །ཕྱིར་མི་འོང་དེ་ལ་འདོད་པའི་ས་པའི་མ་རིག་པ་མེད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ།  
སྤྲུལ་ཅུ་པར། གང་དུ་སྒྲེས་པ་དེའི་འོ། །ཞེས་གསུངས་པས་དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་  
པ་ཅན་གྱི་ཡིད་འཁོར་དང་བཅས་པ་ནི་འདོད་པའི་ས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལ་  
འདོད་པའི་ལས་མེད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། འདོད་པར་སྒྲེས་ནས་སྤྱོད་འབྱུང་དང་ལན་  
བྱངས་གཞན་ལ་སྤྱོད་འབྱུང་གྱི་ལས་མེད་ཀྱང་། འཕྲོང་ཆོས་ལ་སྤྱོད་འབྱུང་དང་  
སྤྱོད་བར་མ་ངེས་པའི་ལས་དུ་མ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་འཆི་བའི་ཆེ་  
ཁམས་གོང་ལ་དམིགས་པའི་སྤྲེད་པའི་སྤྲེད་པ་མངོན་གྱུར་དང་ལྡན་པ་ངེས་ནི་དེ་  
དག་དུ་ཉིང་འཆམས་སྒྲོར་ལ་དེ་དག་གི་མ་རིག་པ་དང་ལས་ཡོད་པ་ལ་ངེས་པ་མེད་དེ།  
གོང་མ་གཉིས་ཀྱི་བྱིས་པ་བྱི་མ་ལ་འདོད་པར་སྒྲེ་ངེས་ལྟ་བུ་དང་། དེ་དག་གི་རྟེན་  
ཅན་གྱི་ཕྱིར་མི་འོང་ལྟ་བུའོ། །གཞན་ཡང་དཔེར་ན་བྲགས་ཀྱི་རྒྱ་སྒྲུབ་ལ་མ་གཅིག་ལ་  
ཡང་སྒྲུན་མི་འདྲ་བའི་བྱེ་བྲག་གིས་འབྲས་བུ་སྒྲུལ་བུ་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་འབྱུང་བ་ལྟར་  
ལས་གཅིག་ཀྱང་སྒྲེ་གནས་མི་འདྲ་བ་དང་མ་འོངས་པའི་ལུང་པོ་མི་འདྲ་བ་དེ་དང་དེ་





སྒྲུབ་བྱ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་ཀྱི་སྤྲུགས་མ་ལུས་པ་བསྟུན་ལ། གཅིག་ཤོས་ཀྱིས་ནི་  
 སྒྲུབ་བྱ་རྣམ་པར་བྱང་བའི་སྤྲུགས་མ་ལུས་པ་བསྟུན་པའི་བྱིར་རོ། །དེའི་ཞེས་པས་  
 ཤེས་རབ་སྐྱེ་བའི་ཆེད་དུ་རྣམ་པའི་རབ་དེའི་རྒྱ་ཆེན་པོ་བསྟུན་པ་ཡིན་ནོ། །

བཞི་པ་ཆོས་གསུམ་སོ་སོའི་མཆོན་ཉིད་ལ་གསུམ་ལས་དང་པོ་ཡུང་པོའི་  
 མཆོན་ཉིད་ལ་ལྷ་ལས་གཟུགས་ཡུང་གི་མཆོན་ཉིད་ལ་དྲི་བ་ནི། སྒྲུབ་གཟུགས་ཀྱི་  
 ཡུང་པོ་ཞེས་པའི་མིང་ཙམ་སྟོས་པ་དེའི་རང་བཞིན་ཅི་ཡིན་པ་མི་ཤེས་ཏེ་གཟུགས་ཀྱི་  
 ཡུང་པོའི་མཆོན་ཉིད་ཅི་ཞེན་ཅེས་འདྲི་བ་སྟེ་གཞན་རྣམས་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་སྒྱུར་རོ། །  
 ལན་ནི། མཛོད་འགྲེལ་དུ་བྲངས། མདོར་དགེ་སྟོང་དག་གཟུགས་ནི་གཟུགས་སུ་  
 ཡོད་ཅིང་གཟུགས་སུ་རུང་བས་དེའི་བྱིར་གཟུགས་ཉི་བར་ལེན་པའི་ཡུང་པོ་རྣམས་  
 ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་གཟུགས་སུ་རུང་བ་གཟུགས་ཀྱི་དོན་དུ་བཤད་པ་ལ། གཟུགས་སུ་  
 རུང་བའི་དོན་སྟོབ་དཔོན་དབྱིག་གཉིན་གཞོད་པ་བྱར་རུང་བ་ཡིན་ལ་དེ་ཡང་ཆོར་བ་  
 སྟུག་བསྟུལ་སྐྱེད་པ་མ་ཡིན་གྱི། གཟུགས་ཅན་གཞན་དང་ཕྱད་པས་འགྱུར་བ་སྐྱེད་དུ་  
 རུང་བ་ཡིན་ལ། བསམ་གཏན་དང་པོ་གསུམ་གྱི་སྟོང་ནི་དེའི་ས་པའི་མེ་རྒྱ་སོགས་  
 ཀྱིས་འཛིག་ལ་སེམས་ཅན་གྱི་གཟུགས་ལ་ཡང་དེའི་ས་པའི་མེ་དང་མཐུ་ཁུང་པར་  
 ཅན་གྱི་གཞོད་ལ་བསམ་གཏན་བཞི་པའི་སྟོང་བཅུད་ཀྱི་གཟུགས་དང་བར་དོའི་  
 གཟུགས་ལ་དངོས་སུ་གཞོད་པ་བྱར་མེད་ཀྱང་དེའི་རིགས་ཅན་ཡིན་པས་མ་ཁུབ་  
 པའི་སྟོན་མེད་དོ་ཞེས་བཞེད་ཀྱང་། འདིར་ནི་རྣམ་པར་བསྟུན་ལ་དབབ་པ་བསྟུ་བར།  
 དེ་ལ་གཟུགས་ཀྱི་སྟོང་མཆོན་ཉིད་འདི་ལྟ་སྟེ། ལག་པ་དང་བོང་བ་ལ་སོགས་པའི་

འདུས་ཏེ་རིག་པ་དག་གིས་རིག་པར་བྱར་རུང་བ་གང་ཡིན་པའི་སྤྱིའི་མཆོན་ཉིད་དེ་  
 མི་བསམས་ཅད་དུ་འགྲོ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། འདོད་པ་ན་སྤྱོད་པའི་ལྷ་རྣམས་མ་གཏོགས་པ་  
 དེ་ལས་གཞན་པའི་འདོད་པའི་བསམས་ན་མི་བསམས་ཅད་དུ་འགྲོ་བ་ཡིན་ལོ། །འདོད་  
 པ་ན་སྤྱོད་པའི་ལྷ་རྣམས་ཀྱི་གཟུགས་གང་ཡིན་པ་དེ་མི་ལག་པ་དང་དབྱུག་པ་དང་  
 མཆོན་ཆའི་འདུས་ཏེ་རིག་པ་དག་གིས་རིག་ན་གཞོད་པར་མི་འགྱུར་མོད་ཀྱི། གྲང་  
 བ་དང་ཆ་བ་དང་བཀྲེས་པ་དང་སྒྲོམ་པ་ལ་སོགས་པའི་འདུས་ཏེ་རིག་པས་མི་མ་  
 ཡིན་ཏེ། དེ་དག་གི་བཟའ་བ་དང་བརྟུང་བ་ལ་སོགས་པ་ཡོ་བྱད་བསམས་ཅད་མི་  
 འདུན་པ་སྤྱོད་པ་ཅུམ་གྱིས་ལེགས་པར་འགྲུབ་པར་འགྱུར་བས་དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་ལ་  
 བཀྲེས་པ་དང་སྒྲོམ་པ་དག་འབྱུང་ཡང་གཞོད་པར་མི་འགྱུར་ལོ། །

གཟུགས་ན་སྤྱོད་པའི་གཟུགས་མི་ལག་པ་དང་དབྱུག་པ་དང་མཆོན་ཆའི་  
 འདུས་ཏེ་རིག་པ་དག་གིས་ཀྱང་རིག་ན་ཡང་གཞོད་པར་མི་འགྱུར་ལ། དེ་ལས་  
 གཞན་པའི་འདུས་ཏེ་རིག་པ་དག་གིས་ཀྱང་གཞོད་པར་མི་འགྱུར་རོ་ཅེས་གསུངས་  
 བས་གཟུགས་སུ་ཡོད་པ་རྣམ་པ་གཉིས་ཀྱིས་གཟུགས་སུ་ཡོད་པ་སྟེ་གཟུགས་སུ་  
 རུང་བ་གང་ཡིན་པ་མི་གཟུགས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ཏེ་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་ལོ། །དེ་བས་  
 ན་གཟུགས་སུ་རུང་བ་གཟུགས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་དུ་འདོད་པ་ཆོས་མངོན་པ་ཀུན་  
 མཐུན་ཡང་། གཟུགས་རུང་གི་དོན་ལ་ཅིག་ཐོགས་བཅས་དང་གཞན་དག་རིག་པས་  
 གཟུགས་སུ་རུང་བ་ཁོ་ན་ལ་འདོད་པས་དེའི་ཕྱིར་གཟུགས་སུ་ཡོད་པ་རྣམ་པ་གཉིས་  
 ཀྱིས་ཅེས་སྟོས་སོ། །སྤྱིར་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་སྒྲིའི་བྱ་བྱེད་དང་འབྲེལ་བས་བྱེད་པ་དང་ལས་

སུ་བྱ་བ་གཉིས་ཀ་ལ་འཇུག་ཏེ། རི་སྐད་དུ་གང་གིས་མཚོན་ཏེ་མཚན་ཉིད་དུ་གཤམ་  
 ཅེས་དང་། རོ་བོ་ཉིད་གང་མཚོན་ཏེ་ཡང་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །འདི་ལྟར་བྱེད་  
 པ་ལ་སྦྱར་བ་འདིས་མཚོན་པར་བྱེད་པས་ན་མཚན་ཉིད་ཅེས་བྱ་སྟེ་འཆོད་པར་བྱེད་  
 པའི་སྒྲེས་བུ་ལ་འཆོད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་རོ། །

གཉིས་པ་ལས་ལ་སྦྱར་བ་ནི་འདི་མཚོན་པར་བྱ་བས་ན་མཚན་ཉིད་ཅེས་  
 བྱ་སྟེ་འཆོད་པར་བྱ་བ་འབྲས་ཆན་ལ་འཆོད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་རོ། །དང་པོ་བྱེད་  
 པའི་རང་བཞིན་གྱི་མཚན་ཉིད་ནི་རྟོགས་པ་སྦྱེད་པའི་ཡན་ལག་ཡིན་པས་བྱེད་པ་  
 ཞེས་བྱ་ལ། གཉིས་པ་ལས་སུ་བྱ་བའི་རང་བཞིན་གྱི་མཚན་ཉིད་ནི་སྤྲ་མས་རྟོགས་  
 པར་བྱ་བ་ཁོ་ན་ཡིན་པས་ལས་ཡིན་ནོ། །ཡང་དང་པོ་ལ་རང་གི་བྱན་མོང་མ་ཡིན་  
 པའི་རོ་བོ་མཚོན་པར་བྱེད་པ་རང་གི་མཚན་ཉིད་དང་། ཆོས་གཞན་དང་བྱན་མོང་དུ་  
 མཚོན་པར་བྱེད་པར་སྦྱོའི་མཚན་ཉིད་གཉིས་ཡིན་ལ་དང་པོ་ལ་མ་བྱུང་བ་དང་བྱུང་  
 ཆེས་པ་དང་མི་སྤྱིད་པའི་སྦྱོན་གསུམ་སྤང་དགོས་ལ་ཕྱི་མ་ལ་བྱུང་ཆེས་པ་སྦྱོན་དུ་མི་  
 ཕྱི་རོ། །

དང་པོ་ལ་ཡང་། ཆོས་དེའི་རང་བཞིན་མ་རྟོགས་པ་རྟོགས་པའི་ཡན་ལག་  
 ཏུ་དོན་ལ་མ་བྱུང་བྱུང་ཆེས་སོགས་སེལ་བ་རིགས་མི་མཐུན་སེལ་བའི་མཚན་ཉིད་  
 དང་། ཆོས་དེ་ལ་ཐེ་ཆོམ་དང་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་རྟོགས་པའི་གཉེན་པོར་སྟོ་རོར་མ་བྱུང་  
 སོགས་སེལ་བར་བྱེད་པ་ལོག་རྟོག་སེལ་བའི་མཚན་ཉིད་གཉིས་ཡིན་ལ། དང་པོ་  
 ལ་ཆོག་གང་ལྟར་སྦྱོར་བྱུང་དོན་གཙོ་ཆེ་ལ། ཕྱི་མ་ལ་དོན་མ་ལོགས་པ་ཅུམ་དུ་མ་



ཟད་ཀྱི་ལོག་ཏོག་དང་ཐེ་ཆོས་གཏོད་ནུས་ཀྱི་ཚིག་གི་ཟུར་ཐོན་པ་གཏོ་བ་ཡིན་ཅོ། །

ལས་ཀྱི་རང་བཞིན་གྱི་མཆོན་ཉིད་དང་། མཆོན་བྱ་དང་། མཆོན་གཞི་  
ནམས་དོན་གཏོག་གོ་འདིར་ལས་དང་། བྱེད་པ་གཉིས་ལས་ཐྱི་མ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་  
ཡང་རང་དང་སྤྱིའི་མཆོན་ཉིད་ཅི་རིགས་པ་ཡོད་ལ། རིགས་མི་མཐུན་དང་། ལོག་  
ཏོགས་སེལ་བའི་ནི་དང་པོ་གསལ་ཆེའོ། །

གཟུགས་རུང་གཉིས་ནི། གཟུགས་ཅན་ནང་ཐུད་པས་སྒྲར་ལས་མི་འདྲ་  
བའི་འགྲུར་བ་སྐྱེད་དུ་རུང་བ་རིག་པས་གཟུགས་སུ་རུང་བ་དང་། ཐུད་པས་འགྲུར་  
བ་སྐྱེད་དུ་མེད་ཀྱང་ཐོགས་བཅས་ཀྱི་གཟུགས་གཞན་དང་འདྲ་བར་ཡུལ་གོག་པར་  
སྒྲོས་དབྱེད་དུ་རུང་བ་ཡུལ་དབྱེད་པས་གཟུགས་སུ་ཡོད་པའོ། །གཉིས་པོ་འདི་ལས་  
གང་ཡང་རུང་བ་དང་ལྡན་པས་ཀྱང་གཟུགས་སུ་འགྲུར་ལ། གང་ཡང་རུང་བ་གཉིས་  
མ་ཆོང་ན་ཡང་གཟུགས་སུ་མི་འགྲུར་ཏེ། མཆོན་ཉིད་མེད་པའི་ཐྱིར་རོ། །བསྐྱར་  
མེད་ཐོགས་མེད་ཀྱི་གཟུགས་ནམས་ལ་ཀྱན་བཏགས་པ་དང་དབང་འབྱོར་པ་དང་  
མདོན་པར་སྐྱབས་ཡོད་དག་ནི་ཡུལ་དབྱེད་པས་གཟུགས་སུ་རུང་བ་ཡིན་ལ་ནམས་  
པར་རིག་བྱེད་མ་ཡིན་པའི་གཟུགས་དང་རྒྱལ་ཐུན་ནི་ནི་བར་བཏགས་ནས་  
གཟུགས་སུ་བརྗོད་པ་ཡིན་པས་སམ། ཡང་ན་དེ་དག་གི་ཆེན་འབྱུང་བ་ནམས་  
གཟུགས་སུ་རུང་བས་དེ་དག་ཀྱང་གཟུགས་སུ་རུང་བར་བརྗོད་དོ། །

དེ་དག་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་རིག་པས་དང་། ཡུལ་དབྱེད་པས་གཟུགས་  
རུང་རྒྱས་པར་བཤད་པ་གཉིས་ལས། དང་པོའི་ནི་མདོར་ཅིས་གཟུགས་སུ་རུང་ནི་

ན་ལག་པས་འདུས་ཏེ་རེག་པས་རེག་ན་གཟུགས་སུ་རུང་བ་དང་ཞེས་སོགས་བཅུ་  
གསུམ་གསུངས་པ་འདིར་ཡང་བཀོད་པ་ཡིན་ལ། མདོར་བསྡུས་ན་སེམས་ཅན་དུ་  
བགྱང་བ་དང་སེམས་ཅན་མ་ཡིན་པར་བགྱང་བའི་གཟུགས་གཉིས་སུ་ཡང་འདུས་  
ལ་སྤྱི་ན་མཆེ་བ་དང་རྒྱང་བའི་འདུས་ཏེ་རེག་པ་སོགས་དུ་མར་ཡང་འགྱུར་བས་དེ་  
ཙམ་དུ་དངོས་པོ་ལ་ངེས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ལག་པ་དང་། བཀྲེས་སྒྲོམ་དང་། སྤྱང་བུ་  
དང་། ག་སྤྱང་དང་། སྤྱིག་སྤྱུལ་རྣམས་ནི་སེམས་ཅན་དུ་བགྱང་བའི་གཟུགས་ཡིན་  
ལ་གཞན་རྣམས་ནི་སེམས་ཅན་མ་ཡིན་པ་སྟེ། དེ་རྣམས་ཀྱིས་འདུས་ཏེ་རེག་པས་  
རེག་པ་ན་སྤྱང་ལས་མི་འདྲ་བའི་འགྱུར་བ་སྟོན་པས་གཟུགས་སུ་རུང་བ་སྟེ། དཔེར་ན་  
ལག་པས་རེག་པས་མེ་ཏོག་གི་ཁ་དོག་ཉམས་པ་ལྟ་བུ་དང་། བཀྲེས་བསྒྲོམ་གྱིས་  
གདུངས་པས་ལུས་ཉམས་ཆུང་ཞིང་རིད་པར་གྱུར་པ་ལྟ་བུ་འོ། །

གཉིས་པ་ནི། མདོར་དུ་གྱུར་བའི་ཡུལ་གང་ལ་སྡོ་སེར་དཀར་དམར་ལ་  
སོགས་པའི་གཟུགས་འདི་དང་འདི་འོ། །རིང་བྱང་ལ་སོགས་པ་དབྱིབས་འདི་ལྟ་བུ་  
དང་འདི་ལྟ་བུ་འོ་ཞེས་བཏག་ཅིང་དབྱུང་དུ་རུང་བ་འོ། །ཡུལ་ཅན་གང་གིས་ཞེ་ན།  
མི་སྤྱི་ག་པ་དང་རྣམ་ཐར་སོགས་ལ་མ་ཉམ་པར་བཞག་པའི་ཡིད་ཀྱིན་དུ་ཏོག་པ་དང་  
མཚུངས་པར་ལྟ་ན་པའི། ག་སྤྱང་དུ་ཞེན་ཡུལ་ལ་མ་འབྲུལ་བའི་མ་ཉམ་པར་མ་  
བཞག་པའི་ཡིད་ཀྱིན་ཏོག་དང་མཚུངས་ལྟ་ན་རྣམས་ཀྱིས་སོ། །རི་ལྟར་ཞེ་ན།ཁ་དོག་  
དང་དབྱིབས་འདི་དང་འདི་འོ་འདི་ལྟ་བུ་དང་འདི་ལྟ་བུ་འོ་ཞེས་བཀྲ་བར་འཛིན་ཅིང་  
སྟོན་པ་འོ། །ཁྲི་ལས་དང་སྤྱུ་པའི་གཟུགས་སོགས་ཀྱང་འབྲུལ་པའི་ཤེས་པས་ཁ་དོག་

དབྱིབས་སོགས་ཀྱི་རྣམ་པར་གཏོང་གྲང་བ་སྟོན་པའི་ཤེས་པས་དེ་ལྟར་འཛིན་པ་  
མེད་པས་གཟུགས་སུ་བྲལ་བར་མི་འགྱུར་རོ། །ཀྱན་བཏགས་པ་དང་དབང་འབྱོར་  
པའི་གཟུགས་ཀྱང་ཡུལ་དབྱུང་པས་གཟུགས་རུ་དུ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་མཉམ་པར་  
བཞག་པའི་ཅེས་སྟོས་སོ། །

གཉིས་པ་ཆོར་ཡུང་གི་མཆན་ཉིད་ལ་དྲི་བ་ཆོར་པའི་ཅེས་སོ། །ལན་ནི།  
ཆོར་བ་ནི་ཉམས་སུ་སྦྱོར་བའི་མཆན་ཉིད་ཅན་ཡིན་ནོ། །འདིར་སྦྱོར་བའི་དོན་ཅི་  
ཡུལ་ལས་འོན་ཏེ་རང་སྦྱོར་བ་ལ་བརྟུན་གཉིས་ཀ་ལྟར་ཡང་སེམས་དང་སེམས་ལས་  
བྱུང་བ་ཀྱན་ཆོར་བར་འགྱུར་ཞིང་། དེ་གཉིས་ལས་གཞན་དུ་ཡང་མི་འབྲལ་དེ་ཤེས་  
རིག་གི་སྦྱོར་བྱ་རང་རམ་ཡུལ་ལས་གཞན་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས། རྩེ་བྲག་སྟེ་བ་  
རྣམས་རིག་པའི་གཟུགས་བརྟན་སྦྱོར་བ་ལ་འདོད་ཀྱང་། འདིར་སྦྱོར་བའི་རོ་བོ་གང་  
གིས་ཟག་བཅས་ཀྱི་ལས་དག་བ་དང་མི་དག་པའི་འབྲས་བུ་རྣམ་པར་སྦྱོར་བ་སེམས་  
པ་དང་གདུང་བ་དང་གཉིས་སེམས་ཅི་རིགས་པ་སོ་སོར་ཏེ་མ་འདྲེས་པར་སྦྱོར་བ་ལ་  
སྦྱོར་བའི་དོན་དུ་འདོད་དོ། །སྦྱོར་བྱ་རྣམས་སྦྱོར་སེམས་གདུང་བར་མའི་རང་བཞིན་དེ་  
དག་སྦྱོར་བྱེད་ཆོར་བ་ལས་དོན་གཞན་པའི་དོན་གཞན་མ་ཡིན། དང་པོ་ལྟར་ན་ཆོར་  
བ་དང་དམིགས་པ་མཚུངས་པའི་ཤེས་རིག་གཞན་གྱིས་ཀྱང་ཅི་ཕྱིར་མི་སྦྱོར་གང་  
གིས་ན་ཆོར་བ་ཁོ་ན་དེ་སྦྱོར་བར་འཇོག་གཉིས་པ་ལྟར་ན་ཡང་རང་ཉིད་རང་ལ་བྱེད་  
པ་འགལ་བའི་ཕྱིར་མི་རིགས་སོ་སྟེ་མ་ན། གཞན་གྱི་བདེ་སྟུག་ལ་དམིགས་པའི་རྣལ་  
འབྱོར་པས་ཀྱང་གཞན་རྟུན་གྱི་སེམས་གདུང་ཉམས་སུ་སྦྱོར་བར་བྲལ་བའི་ཕྱིར་



ཕྱོགས་སྐྱ་མ་ནི་མི་འདོད་དོ། །དེ་བས་ན་སྟོང་བྱེད་རང་ཉིད་སིམ་གདུང་གི་རོ་བོར་  
 སྐྱེས་པ་ལ་དེ་དང་དེ་སྟོང་བའི་རོ་བོ་གང་གིས་ཅེས་སྟོས་སོ། །རྣམ་འབྲེལ་ལས་ཀྱང་།  
 རོན་དང་འདྲ་དང་འདྲ་བ་དམིགས་པ་སྟེ། །རང་ཉིད་གསལ་བ་བདག་སྟོང་ཡིན། །  
 ཅེས་གསུངས་སོ། །དེ་བས་ན་སིམས་དང་སིམས་ལས་བྱུང་བ་གཞན་རྣམས་ནི་སྟོང་  
 བ་མ་ཡིན་ཏེ་སིམ་པ་དང་གདུང་བའི་རོ་བོར་མ་སྐྱེས་པའི་བྱིར་དང་། སིམ་གདུང་  
 སོགས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྐྱེས་པ་ལ་སྟོང་བར་འདོད་པའི་བྱིར་རོ། །ཅི་སྟེ་ཡུལ་གྱི་སྟོབས་  
 ལས་ཀྱང་བདེ་སྟུག་གི་ཆོར་བ་འགའ་ཞིག་སྐྱེས་པ་མ་ཡིན་ནམ་ངེ་ལྟར་ན་ལས་ཀྱི་  
 རྣམ་སྟོན་སྟོང་བ་ཆོར་བར་བརྟེན་ཅེ་ན། བདེན་མོད་ཀྱི་འོན་ཀྱང་ཆོར་བ་ནི་རྣམ་  
 སྟོན་སྟོང་བ་གཅི་ཆེ་བས་མ། ཡང་ན་ཡུལ་ལམ་རེག་པ་སོགས་སྟོང་བ་ཆོར་བར་དོགས་  
 བ་བསལ་བའི་བྱིར་རྣམ་པར་སྟོན་པ་སྟོང་བ་ཅེས་སྟོས་སོ། །སིམ་གདུང་སོགས་སྟོང་  
 བྱེད་གཅིག་གིས་སྟོང་བར་དོགས་པ་བསལ་བའི་བྱིར་སོ་སོར་ཅེས་སྟོས་སོ། །

གསུམ་པ་འདུཤེས་ལུང་པོའི་མཆན་ཉིད་ལ་དྲི་བ་ནི་འདུཤེས་ཅེས་པའོ། །  
 ལན་ནི། ཡུལ་དབང་རྣམ་ཤེས་གསུམ་རྒྱ་དང་འབྲས་བུར་འདུས་ཏེ་ཡུལ་གྱི་བྱ་སྟངས་  
 ཀྱི་མཆན་མ་ཤེས་པར་བྱེད་ཡོངས་སུ་གཅོད་པར་བྱེད་པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་ནི་འདུ་  
 ཤེས་ཡིན་ལོ། །མཆན་མ་ནི་གང་རྒྱ་མཆན་དུ་བྱས་ནས་ཆོས་དང་གང་ཟག་གི་བྱ་  
 སྟངས་སྟོན་ཆོག་སྟོང་བའི་རྒྱར་གྱུར་པས་ཏེ། དཔེར་ན་འཛིམ་པའི་རྣམ་འགྱུར་འགའ་  
 ལ་སྟོ་བ་ལྟེན་པ་ལ་སོགས་པའི་མཆན་མ་མཐོང་ནས་བུམ་པའི་བྱ་སྟངས་སྟོན་ཆོག་བ་དང་།  
 སྟོག་ཆགས་ཀྱི་བྱུད་པར་འགའ་ལ་གཞུང་བར་གྱི་འཕྲུངས་པ་དང་། མགྱིན་པར་

པགས་པ་འབྱུང་བ་ལ་སོགས་པའི་མཆན་མ་མཐོང་ནས་བ་ལང་ཞེས་པའི་བ་སྒྲུང་  
 འདོགས་པ་བཞིན་ནོ། །ཅི་སྟེ་སྟེ་འདིར་བ་དང་། བག་པོ་ལ་སོགས་པའི་མཆན་མ་  
 དེ་དག་ནི་བུམ་པ་དང་། བ་ལང་གི་ཁ་དོག་འཛིན་པའི་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པས་  
 ཡོངས་སུ་གཅོད་པ་མ་ཡིན་ནམ་འདུ་ཤེས་ཀྱིས་ངེ་ལྟར་འཛིན་ཅི་ན། མ་ཡིན་དེ་སྟེ་  
 ལྟེ་བ་བ་ལ་སོགས་པའི་མཆན་མ་རྣམས་ནི་དོན་གྱི་བྱུང་པར་ཡིན་ལ་རྣམ་པར་ཤེས་  
 པ་རྣམས་ནི་དོན་གྱི་རོ་བོ་ཙམ་ཡོངས་སུ་གཅོད་པར་བྱེད་ཀྱི་བྱུང་པར་ནི་མ་ཡིན་དེ།  
 སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་དང་། བྱུང་པར་མེད་པར་བཤལ་བར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་རོ། །  
 འདི་དག་གི་རྒྱ་མཆན་རྒྱས་པར་འོག་ཏུ་དབྱེད་པར་བྱའོ། །

མདོར་ན་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་དང་རྣམ་བྱུང་གི་ཆོས་འདི་རྣམས་ལ་གཞན་  
 དང་མི་འདྲ་བའི་བྱུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བྱུང་པར་རེ་ཡོད་དེ། གཞན་དུ་ན་ཀུན་གྱི་  
 རོ་གཅིག་པས་སྤྱི་རིས་སོ་སོར་མི་བྱེད་པར་བཤལ་བའི་སྤྱིར་རོ། །བྱུན་མོང་མ་ཡིན་  
 པའི་རང་རང་གི་བྱུང་པར་དེ་ཉིད་ལ་མཆན་མ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་རྒྱ་མཆན་དུ་བྱས་ནས་  
 གཞན་ལས་བྱེ་བྲག་ཏུ་འབྱེད་པར་བྱེད་པའི་བ་སྒྲུང་བྱུན་མོང་མ་ཡིན་པ་འདོགས་  
 པའི་སྤྱིར་རོ། །མཆན་མ་དེ་ཡང་ཤེས་རིགས་གིས་ཡོངས་སུ་མ་གཅོད་པར་དེའི་རྒྱ་  
 ཅན་གྱི་བ་སྒྲུང་སྟོར་བར་མི་འབྲང་ལ། བ་སྒྲུང་ལས་ཀྱང་དེའི་རྒྱ་ཅན་མཆན་མ་  
 ཡོངས་སུ་གཅོད་བྱེད་ཀྱི་ཤེས་རིག་ཡོད་པར་གྱུ་བ་ལ། ཤེས་རིག་དེ་ལ་ཡང་འདུ་  
 ཤེས་ཞེས་བ་སྒྲུང་དུ་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །

ཅི་སྟེ་ཆོར་བ་དང་འདུ་ཤེས་གཉིས་ཀ་ཡང་ཡུལ་དབང་རྣམ་ཤེས་གསུམ་

འདུས་པ་ལས་སྒྲིམ་པར་འདྲ་ན་ཅིའི་ཕྱིར་འདུ་ཤེས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་སྟོན་པ་ན་འདུས་ཏེ་  
ཅེས་སྟོས་ལ་ཆོར་བ་ལ་ས་ཡིན་ཅེ་ན། འདུ་ཤེས་ནི་མཆོན་མ་འཛིན་པས་རབ་རྟུ་ཕྱེ་བ་  
ཡིན་ལ་མཆོན་མ་ཡང་ཡུལ་གྱི་ཆོས་ཡིན་ལ་དེ་ཤེས་པ་ཡང་ཡུལ་དག་རྣམས་ཤེས་  
གསུམ་འདུས་པ་ལ་ལྟོས་པས་འདུས་ཏེ་ཅེས་སྟོས་ལ། ཆོར་བ་ནི་རྣམ་སྒྲིམ་སྟོར་བས་  
རབ་རྟུ་ཕྱེ་བ་ཡིན་ལ་སྟོར་བྱ་རྣམ་སྒྲིམ་དེ་ཡང་སྟོར་བྱེད་རང་གི་རོ་བོ་ཡིན་པས་འཛིན་  
པའི་ཆོས་ཡིན་གྱི་ཡུལ་གྱི་ཆོས་ས་ཡིན་པས་དེ་སྐད་མ་སྟོས་སོ། །དེ་བྱེད་ལས་གྱི་སྒྲོ་  
ནས་རྒྱས་པར་བཤད་པ། བྲ་སྒྲུང་འདོགས་པར་བྱེད་ཅེས་བྲང་རོ། །ཇི་ལྟ་བུའི་ཅེ་ན།  
ལྟ་མི་ཅེས་སོགས་གང་ཟག་གི་དང་། མིག་སྒྲུ་ཅེས་སོགས་ཆོས་ཀྱི་འོ། །ལས་སུ་བྱ་  
བ་གང་ལ་ཅེ་ན། མིག་གིས་མཐོང་བ་དང་། རྣ་བས་ཐོས་པ་དང་ས་མཐོང་ས་ཐོས་  
ཀྱང་རིག་པས་དབྱུང་ནས་བསམ་བློར་གིས་འདི་དང་འདིའོ་ཅེས་བྱེ་བྲག་ཕྱེད་པ་དང་།  
སྒྲོམ་བློར་གིས་སོ་སོར་རང་རིག་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་དོན་རྣམས་ལ་འོ། །  
བྱེད་པ་གང་གིས་ཅེ་ན། ཡུལ་གྱི་མཆོན་མ་ཡོངས་སུ་གཙོད་ཅིང་། འཛིན་པར་བྱེད་  
པ་དབང་ཤེས་དང་ཡིད་ཤེས་ཏོག་མེད་ལའོར་གྱི་འདུ་ཤེས་དང་། མཆོན་མ་དེ་ཉིད་  
འདིའོ་ཞེས་ངེས་པའི་སྟོན་སྒྲུབ་པར་འཛིན་པར་བྱེད་པ་ཡིད་ཤེས་ཏོག་བཅས་གྱི་  
ལའོར་གྱི་འདུ་ཤེས་རྣམས་ཀྱིས་སོ། །

ཅི་སྟེ་རྣམ་པར་ས་རྟགས་རྣམ་པར་ས་དབྱུང་པར་ཆོག་རྟུ་མི་སྒྲུའོ་ཞེས་  
འབྱུང་བ་ས་ཡིན་ནས། ཇི་ལྟ་རྣ་དབང་ཤེས་ཏོག་མེད་གྱི་ལའོར་གྱིས་བྲ་སྒྲུང་  
འདོགས་པར་བྱེད་ཅེ་ན། ཡིད་གྱི་ཤེས་པ་ལའོར་དང་བཅས་པ་གཟུགས་སྒྲུ་ལ་



སོགས་པའི་དབང་པོའི་ཤེས་པའི་ཡུལ་རྣམས་ལ་འདུག་པ་ནི། དེ་དག་གི་རང་གི་  
མཆོན་ཉིད་འཛིན་པའི་དབང་པོའི་ཤེས་པ་མངོན་དུ་འགྱོ་བ་ལ་ལྟོས་པ་ཡིན་ཏེ།  
གཞན་དུ་ན་དབང་ཤེས་ལ་ལྟོས་པ་མེད་པར་ཡིད་ཤེས་ཁོ་ནས་གཟུགས་སྐྱེ་ལ་  
སོགས་པའི་ཡུལ་རྣམས་ཉོགས་པའི་ཕྱིར། དེ་དག་འཛིན་པ་ལ་དབང་པོའི་ཤེས་པ་  
དོན་མེད་པར་བཤམ་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བས་ན་དབང་ཤེས་འཁོར་གྱི་འདུ་ཤེས་ཀྱིས་  
ཡུལ་གྱི་མཆོན་མ་ཡོངས་སུ་གཅད་ནས་དེའི་རྗེས་སུ་ཡིད་ཤེས་འཁོར་གྱིས་འདིའི་  
ཞེས་བཀྲ་བར་བཟུང་ནས་བསྐྱར་འདོགས་པར་བྱེད་པས་ཉེས་པ་མེད་དོ། །དེ་བས་  
ན་མཐོང་བོས་སོགས་དབང་ཤེས་ཀྱི་དོན་རྣམས་ལ་བསྐྱར་འདོགས་པ་ལ་དབང་  
ཤེས་ཀྱི་འཁོར་གྱི་འདུ་ཤེས་གཙོ་བོ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཉིད་བསྐྱར་དེའི་དབང་པོའི་རྒྱ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །ཆོས་ཀྱི་སྒྲེ་མཆེད་པའི་དོན་རྣམས་ལ་ཡིད་ཤེས་འཁོར་གྱི་འདུ་ཤེས་  
ཁོ་ནས་བསྐྱར་འདོགས་པར་བྱེད་དོ། །ཅི་སྟེ་བསྐྱར་གྱི་ཡུལ་ནི་འབྲའ་ཡས་ན་ཅིའི་  
ཕྱིར་མཐོང་བོས་ལ་སོགས་པའི་དོན་བཞི་པོ་འདི་ཙམ་ཞིག་བསྐྱར་གྱི་ཡུལ་དུ་བསྐྱར་  
ཅེ་ན། བདེན་མོད་འོན་ཀྱང་འདིར་བསྐྱར་ཀུན་གྱི་ཡུལ་བསྐྱར་པ་མ་ཡིན་གྱི་བསྐྱར་  
རྣམས་ཀྱི་ནང་ནས་གཙོ་བོར་བར་པ་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱི་སྒྲུང་སྒྲུང་བྱ་བའི་ཡང་དག་  
པ་དང་ལོག་པའི་བསྐྱར་རྣམས་ཀྱི་གཞི་ནི་འདི་ཙམ་ཞིག་དུ་ཟད་པས་དེའི་ཕྱིར་བཞི་  
པོ་འདི་དག་བསྐྱར་ལོ། །

དེ་ལ་སྒྲུང་བར་བྱ་བ་ཡང་དག་པའི་བསྐྱར་ནི། བརྒྱད་དེ་མཐོང་བོས་ལ་  
སོགས་པའི་ཡུལ་གཅིག་ཇི་ལྟ་བུ་བཞིན་ཉོགས་ནས་དེ་བཞིན་དུ་བརྗོད་པ་བསྐྱབ་

པའི་ཐ་སྙད་བཞི་དང་། ཇི་བཞིན་མ་རྟོགས་པ་ལ་དེ་ལྟར་བརྗོད་པ་ལ་ད་ལྟར་བརྗོད་  
 པ་དགག་པའི་ཐ་སྙད་བཞི་འོ། །དོར་བར་བྱ་བ་ལོག་པའི་ཐ་སྙད་གྲང་བརྒྱད་དེ། སྤ་  
 མ་ལས་བསྒྲིག་པ་དགག་པའི་ཐ་སྙད་བཞི་དང་། བྱི་མ་ལས་སྒྲིག་པ་སྐྱབ་པའི་ཐ་  
 སྙད་བཞི་འོ། །དོན་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་སྟོན་པར་བྱེད་པའི་ཡང་དག་པའི་ཐ་སྙད་གཞན་  
 ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཇི་ལྟར་ན་བརྒྱད་པོ་ཁོ་ན་ཡང་དག་པའི་ཐ་སྙད་དུ་བརྗོད་  
 ཅེ་ན། བརྒྱད་པོ་འདི་དག་ཡང་དག་པའི་ཐ་སྙད་གཞན་ལས་པན་ཡོན་ཆེ་བས་  
 མཆོག་དུ་གྱུར་པའི་བྱིར་གཙོ་བོ་ཡིན་དེ། དང་པོ་བཞི་ནི་གཞན་རྗེས་སུ་འཛིན་པའི་  
 ཡན་ལག་ཡིན་ལ་བྱི་མ་བཞི་ནི་རང་རྗེས་སུ་བསྐྱར་པའི་ཡན་ལག་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །  
 དེ་ཡང་འདི་ལྟར། ལྟ་ཡི་མིག་དང་ན་བའི་མཛོད་པར་གཤམ་པས་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་  
 སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་འཆི་འཕོ་དང་སྐྱེ་བའི་གཟུགས་དང་བདེ་འགྲོ་རན་འགྲོའི་  
 གཟུགས་མིའི་དབང་པོའི་ཡུལ་ལས་འདས་པ་མཐོང་བ་དང་། སྐྱ་གིན་དུ་ཕྱ་བ་  
 རྣམས་ཐོས་ནས་དེ་ལྟར་དུ་གཞན་ལ་བསྟན་པ་ལས་པ་རོལ་པོ་ལ་ཡང་དག་པའི་ལྟ་  
 བ་བསྐྱེད་པའི་བྱིར་དང་། ལས་འབྲས་དང་བདེན་བཞི་ལ་སོགས་པ་རིགས་པས་  
 བརྟགས་ཤིང་དབྱད་ནས་བྱེ་བྲག་བྱེད་པའི་དོན་རྣམས་དང་། སྒྲིམ་བྱུང་གི་སོ་སོ་རང་  
 རིག་ཅིང་རྣམ་པར་གཤམ་པའི་དོན་རྣམས་གཞན་ལ་བསྟན་པ་ན་ཡང་སྤ་མ་ལྟར་  
 འགྱུར་བའི་བྱིར་རོ། །ཇི་ལྟར་ན་བྱི་མ་བཞི་རང་རྗེས་སུ་བསྐྱར་པའི་ཡན་ལག་ཡིན་  
 ཅེ་ན། གཞན་གྱིས་མཐོང་ཐོས་སོགས་བཞི་ལ་བརྟམས་ནས་དྲིས་པ་ན་མ་མཐོང་  
 བཞིན་དུ་མཐོང་ཞེས་སོགས་བརྗོད་ན་མི་ཆོས་སྤྱ་མའི་རྩོན་སྒྲུས་པས་ཉམས་པ་ཆེན་

པོ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་དང་། བ་སྒྲུང་ཕྱི་མ་བཞི་པོ་འདི་དག་དང་ལྷན་པ་ལས་ཉེས་  
དམིགས་དེ་མི་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །

དོན་རྩི་ལྷ་བ་བཞིམ་མ་ཡིན་པའི་ལོག་པའི་བ་སྒྲུང་གཞན་ཡོད་ན་ཡང་  
བརྒྱད་པོ་འདི་ཙམ་ཞིག་ལོག་པའི་བ་སྒྲུང་དུ་བསྒྲུམ་པ་ནི་སྤྲུལ་བཞིན་གཞན་དོན་  
ཉམས་པའི་རྒྱ་ཡིན་ཞིང་། ཕྱི་མ་བཞི་རང་གི་དོན་ལས་ཉམས་པའི་རྒྱ་ཡིན་པས་  
ཉེས་དམིགས་ཆེ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དབང་པོའི་ཡུལ་དུ་འདྲ་བ་ལ་མཐོང་བོས་གཉིས་  
སྒྲོལ་ལ་སྒྲུ་ཕྱེ་ལུས་གསུམ་གྱི་ཡུལ་མི་སྒྲོལ་བ་ཅི་ཞེ་ན། བ་མལ་པའི་དབང་པོའི་  
ཡུལ་ལས་འདས་པའི་མཐོང་བོས་གྱི་དོན་འགའ་ཞིག་ཀྱང་རྒྱལ་འབྱོར་པའི་ལྷའི་  
མིག་དང་རྒྱ་བའི་ཡུལ་དུ་འབྱུང་བས་དེ་དག་ཡུལ་དུ་བྱས་པའི་ཡང་དག་པ་དང་ལོག་  
པའི་བ་སྒྲུང་དག་ནི་སྤྲུལ་བཤད་པ་ལྷ་ར་པམ་ཡོན་དང་ཉེས་དམིགས་ཆེ་བའི་ཕྱིར་  
མཐོང་བོས་གཉིས་བ་སྒྲུང་གྱི་ཡུལ་དུ་སྒྲོལ་ལ། དབང་པོ་བ་མ་གསུམ་གྱིས་ཡུལ་  
རྒྱམས་ནི་རང་རང་གི་དབང་པོས་སྤྲད་ནས་བཟུང་བར་བྱ་བ་ཡིན་པས་རྒྱལ་འབྱོར་  
པ་དང་བ་མལ་པ་དག་ལ་ཡང་རྟོགས་པ་དང་མ་རྟོགས་པའི་བྱེ་བྲག་མེད་པའི་ཕྱིར་  
དེ་དག་གི་ཡུལ་གྱི་ཡང་དག་པ་དང་ལོག་པའི་བ་སྒྲུང་གཉིས་ཀ་ཡང་པམ་ཡོན་དང་  
ཉེས་དམིགས་ཆུང་བའི་ཕྱིར་བ་སྒྲུང་གྱི་ཡུལ་དུ་མ་སྒྲོལ་སོ། །མདོར། རྟོགས་པ་ཞེས་  
གསུངས་པའི་དོན། བྱེ་བྲག་སྤྲུལ་དག་དྲི་རོ་རིག་བྱ་གསུམ་ནི་ལུང་མ་བསྒྲུལ་ཡིན་  
པས་སྒྲོབས་ཆུང་བའི་ཕྱིར་རྟོགས་པ་ཞེས་གཅིག་དུ་བྱས་སོ་ཟེར་བ་བསལ་བའི་ཕྱིར་  
འདིར་རྟོགས་པའི་དོན་བྱེ་བྲག་མེད་པ་ཞེས་སྒྲོལ་ཏེ། ལྷ་ཕྱེ་ལུས་གསུམ་གྱི་ཤེས་པ་



ལ་བྱེ་བྲག་ཐུད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་ལྟར་ན་ཡང་དག་པ་དང་ལོག་པའི་བྲ་སྒྲུབ་དེ་དག་གི་ཡུལ་ནི་གཉིས་སུ་  
འགྱུར་ཏེ་དབང་པོའི་ཤེས་པ་དང་ཡིད་གྱི་ཤེས་པའི་ཡུལ་ལོ། །དང་པོ་ནི། དང་པོ་  
གཉིས་ཡིན་ལ། གཉིས་པ་ལ་ཡང་བློས་བསམ་གྱི་ཤེས་པ་དང་། སྒྲོམ་བྱུང་གི་ཤེས་  
པའི་ཡུལ་གཉིས་ཡིན་ལ་དེ་དག་ཀྱང་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་བྱེ་བྲག་ཐུད་པ་དང་། རྣམ་  
བར་ཤེས་པའི་དོན་གཉིས་ཡིན་ནོ། །ཡིད་ཤེས་གྱི་ཡུལ་རྣམས་ལས་བློས་བསམ་  
སྒྲོམ་གསུམ་གྱིས་ཤེས་པའི་ཡུལ་འབའ་ཞིག་བྲ་སྒྲུབ་གྱི་ཡུལ་དུ་སྒྲོས་པ་ནི། ཡང་  
དག་པའི་བློས་བསམ་སྒྲོམ་གསུམ་གྱི་ཤེས་པ་འདི་དག་དང་ལྡན་པ་དང་མི་ལྡན་པ་  
ལས་སྒྲེས་བྱུང་བྱུང་པར་ཅན་དང་གཅིག་ཤོས་སུ་རྣམ་པར་འཛོག་པའི་ཕྱིར་དེ་དག་  
གི་ཡུལ་ཅན་གྱི་ཡང་དག་པ་དང་ལོག་པའི་བྲ་སྒྲུབ་དག་ཀྱང་པན་ཡོན་དང་ཉེས་  
དམིགས་ཆེ་བའི་ཕྱིར་རོ། །

བཞི་པ་འདུ་བྱེད་གྱི་ཡུར་པོའི་མཆན་ཉིད་ལ་དྲི་བ་ནི་འདུ་བྱེད་རྣམས་གྱི་ཞེས་སོ། །  
རྣམས་ཞེས་པ་འདི་ལ་ཆེས་མང་པོ་ཡོད་པར་སྟོན་པའོ། །ལན་མདོར་བསྟན་པ་  
མདོན་པར་འདུ་བྱེད་པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་ནོ། །བྱ་བ་གང་ཞིག་ཡུལ་གང་ལ་བྱེད་པ་  
གང་གིས། ཚུལ་ཇི་ལྟར་འདུ་བྱེད་ཅི་ན། རྒྱས་པར་བཤད་པ་འདུག་པར་བྱེད་ཅིས་  
དྲར་རོ། །ཡུལ་ནི་དད་སོགས་དགེ་བ་དང་ཆགས་སོགས་མི་དགེ་བ་དང་། གཉིས་  
མིན་ལུང་མ་བསྟན་དང་། བདེ་སྤྱད་སོགས་གནས་སྐབས་སྤྱ་ཆོགས་རྣམས་ལའོ། །  
ལས་སུ་བྱ་བ་ཡུལ་དེ་དག་གི་ངོ་བོ་ཅུམ་རིག་པའི་སེམས་སོ། །བྱེད་པ་ནི་སེམས་

ཡུལ་ལ་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་སེམས་པའི་ངོ་བོ་གང་གིས་སོ། །སེམས་ལས་  
གཞན་པའི་འདུ་བྱེད་ཀྱང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཅིའི་ཕྱིར་སེམས་མངོན་པར་འདུ་  
བྱེད་པ་ཁོ་ན་འདུ་བྱེད་དུ་བཞག་ཅེ་ན། དེ་ནི་དགོས་པ་གཉིས་ཀྱི་ཕྱིར་རྣམ་པར་  
བཞག་སྟེ། འདི་ལྟར། དག་མི་དག་སོགས་ཀྱི་ལས་ལ་འདུག་པ་པོའི། བདག་ཡོད་  
པར་དོགས་པ་བསལ་བའི་ཕྱིར་དང་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་དང་། རྣམ་བྱང་གི་ཆོས་  
ཀུན་ལས། སེམས་ཉིད་གཙོ་བོར་བསྟན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

སེམས་འབྱུང་གཞན་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་། སེམས་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་ཀྱང་།  
སེམས་པ་ཉིད་དེར་བཞག་པ་ནི། གཙོ་ཆེ་བའི་ཕྱིར་སྟེ། སེམས་ཡུལ་ལ་གཡོ་བར་  
བྱེད་པ་ནི་སེམས་པའི་བྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། སེམས་ཡུལ་  
གཡོ་བ་ཉིད་སེམས་ཉིད་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པའི་དོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །སེམས་  
བྱང་གཞན་རྣམས་ཀྱི་ནི་སེམས་ཡུལ་ལ་གཡོ་བར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་སྟེ། དེ་ལས་  
གཞན་པའི་རང་རང་གི་བྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བྱ་བ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་དང་།  
སེམས་པ་སེམས་བྱང་གཞན་རྣམས་ལས་བྱ་བའི་སྒྲོ་ནས་བ་དད་དུ་དབྱེ་མི་རུས་པ་  
བལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །སེམས་ཡུལ་ལ་གཡོ་བར་བྱེད་པ་ལ་ཡུལ་དང་དབང་པོ་དང་  
ཡིད་ལ་བྱེད་པ་སོགས་ཀྱང་གཙོ་བོ་མ་ཡིན་ནམ་ངེ་ལྟར་སེམས་པ་ཉིད་གཙོ་བོ་ཡིན་  
ཞེ་ན། དཔེར་ན་ཁབ་ལེན་ཡོད་ན་དེ་དང་ཡུལ་རུང་བར་གནས་པའི་ལྷགས་རྣམས་  
རང་དབང་མེད་པར་གཡོ་བ་ལྟར་སེམས་པ་ཡོད་ན། དེ་དང་མཚུངས་ལྟར་གྱི་  
སེམས་ཀྱང་གདོན་མི་ཟ་བར་ཡུལ་ལ་གཡོ་ཞིང་མངོན་དུ་ཕྱོགས་པར་འགྱུར་གྱི།

ཡུལ་དབང་ཡིད་བྱེད་སོགས་ནི་བ་ཙམ་གྱིས་སེམས་ཡུལ་ལ་གཡོ་བ་ཡང་ས་ཡིན་དེ།  
 སྐབས་འགར་དེ་དག་དཔེགས་ཀྱང་སེམས་མི་སྐྱེ་བ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་  
 ཡང་ཡུལ་དབང་སོགས་ནི་སེམས་མ་སྐྱེས་པ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་བྲབས་ཙམ་ཡིན་  
 བས་སེམས་མ་འོངས་པ་ལ་བྱ་བ་བྱེད་པ་ཡིན་ལ་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་ནི་སེམས་  
 སྐྱེས་ཟིན་ཡུལ་ལ་ཕྱོགས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པས། ད་ལྟར་བའི་སེམས་ལ་བྱ་བ་བྱེད་  
 པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཡང་ཡུལ་དབང་སོགས་སེམས་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པར་རུང་བ་  
 མ་ཡིན་ནོ། །

ཅི་སྟེ་སེམས་ཡུལ་ལ་གཡོ་བར་བྱེད་པ་སེམས་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པའི་  
 རོན་ཡིན་ལ་དེ་ཡང་སེམས་པ་ཁོ་ནའི་བྱ་བ་ཡིན་ན་སེམས་བྱུང་གཞན་རྣམས་ལ་  
 མཆོན་ནི་དེ་མེད་པའི་ཕྱིར་འདུ་བྱེད་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་ཅི་ན། ཉེས་པ་མེད་དེ་  
 སེམས་བྱུང་གཞན་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་རང་དབང་དུ་སེམས་ཡུལ་ལ་གཡོ་བར་མི་བྱེད་  
 ཀྱང་སེམས་པའི་ཕྱོགས་བྱས་པའི་སྒྲིན་ས་བྱ་བ་དེ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ལྷན་པ་ས་  
 ཡིན་པའི་འདུ་བྱེད་རྣམས་ལ་སེམས་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པའི་མཆོན་ནི་དང་མི་  
 ལྷན་ཡང་འདུ་བྱེད་ཀྱི་ལུང་ཕོར་བཞག་པ་ནི། མཚུངས་པར་ལྷན་པའི་འདུ་བྱེད་  
 རྣམས་དང་ཆོས་དང་ཆོས་ས་ཡིན་པ་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་ཕོའི་ཀུན་ནས་ཉོན་  
 མོངས་དང་རྣམས་པར་བྱང་བ་ཕོའི་བདག་ཏུ་ལྟུལ་བའི་གཞིར་གཅིག་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 དེ་ཡང་དད་སོགས་ཀྱིས་སེམས་རྣམ་པར་བྱང་བ་དང་ཆགས་སོགས་ཀྱིས་ཀུན་ནས་  
 ཉོན་མོངས་པར་བྱས་པའི་གནས་སྐབས་ལ་བདག་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་སོ་རྣམ་



པར་བྱུང་འོ་ཞེས་སྒྲོ་འདོགས་གིང་ཕྱན་པ་ས་ཡིན་པའི་འདུ་བྱེད་རྣམས་ཀྱང་གནས་  
སྐབས་དེ་དག་ཏུ་འདུས་པའི་བྱིས་རོ། །

ལྷ་པ་རྣམ་ཤེས་ལུང་པོའི་མཆོན་ཉིད་ལ་དྲི་བ་ནི། རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཅེས་  
 པའོ། །ལམ་ནི་ཡུལ་རྣམ་པར་ཤེས་པར་བྱེད་པའི་མཆོན་ཉིད་ཅན་ལོ། །དེ་རྒྱུས་པར་  
 བཤད་པ། མིག་ལ་བསྟེན་པའི་རྣམ་ཤེས་གང་གིས་གཟུགས་རྣམས་རྣམ་པར་ཤེས་  
 པར་བྱེད་ཅེས་པ་ནི་ཡིད་ལ་བསྟེན་པ་གང་གིས་ཆོས་རྣམས་ཀྱང་རྣམ་པར་ཤེས་པར་  
 བྱེད་ཅེས་སྒྲུར་རོ། །ཀྱང་གི་སྒྲ་ནི། བན་ཚུན་བསྟུ་བ་སྟེ། གཟུགས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
 ཁོ་ན་རྣམ་ཤེས་མ་ཡིན་གྱི་སྒྲ་ལ་སོགས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡང་ངོ་ཅེས་པའོ། །ཅི་སྟེ་  
 སེམས་ལས་བྱུང་བའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་གཟུགས་སྒྲ་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་རྣམས་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པ་མ་ཡིན་ནམ་ངེ་ལྟར་ན་དེ་དག་ཀྱང་རྣམ་པར་ཤེས་པར་མི་འགྱུར་ཅེན།  
 གྲལ་བ་འདི་ལ་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་ཀྱི་ཁུད་པར་མ་བསྟེན་པར་  
 ལམ་གང་བ་དགའ་བའི་ཕྱིར། དེ་ཞིག་དེ་དག་གི་ཁུད་པར་བརྗོད་པར་བྱའི་དཔྱེད་  
 ལྡན་དག་ཉོན་ཅིག །ཇི་སྐད་དུ་དབུས་མཐར། དེ་ལ་དོན་མཐོང་རྣམ་པར་ཤེས། །  
 དེའི་ཁུད་པར་སེམས་ལས་བྱུང་། །ཞེས་དོན་ཅུ་མཐོང་བ་སེམས་དང་དོན་གྱི་ཁུད་  
 པར་མཐོང་བ་སེམས་ལས་བྱུང་བར་བཤད་པ་ལ། ལྷ་རབས་པ་དག་གཉིས་ཀས་  
 ཀྱང་གཉིས་ཀ་མ་རིག་ན་དམིགས་རྣམ་མཚུངས་པ་ཉམས་ཤིང་རིག་ན་སེམས་  
 སེམས་བྱུང་གི་ཁུད་པར་དབྱེ་བར་དགའ་འོ་ཞེས་རྗོད་པ་བཀོད་ནས། གཉིས་ཀས་  
 གཉིས་ཀ་རིགས་ཀྱང་སེམས་ཀྱིས་དོན་གྱི་ངོ་བོ་རང་སྟོབས་ཀྱིས་རིག་ལ་ཁུད་པར་

གཞན་སྟོབས་ཀྱིས་རིག་ཅིང་སེམས་བྱུང་གི་དེ་ལས་བསྐྱོག་པས་སྐྱོན་མེད་དོ་ཞེས་  
 མོགས་སྐྱོས་པ་དང་བཅས་ནས་འཆད་དོ། །འདིར་ནི་སེམས་ཀྱིས་དོན་གྱི་རོ་བོ་ཙམ་  
 རིག་གི་བྱད་པར་མི་རིག་ཅིང་སེམས་བྱུང་གིས་བྱད་པར་ཙམ་རིག་གི་རོ་བོ་མི་རིག་  
 པས་དེ་དག་བྱད་མེད་དུ་མི་འབྱུང་ཞིང་། དེ་ལྟ་ན་ཡང་དམིགས་པ་མི་འཁྱུངས་པར་  
 མི་འགྱུར་ཏེ། དམིགས་པ་ཅིག་ལ་ཤེས་རིག་སོ་སོའི་རྣམ་པ་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་ཡོངས་  
 སུ་གཅོད་པར་དམིགས་ཏེ། དཔེར་ན་སྐྱེས་བུ་གཅིག་གི་གཟུགས་ལ་དབྱ་གཉེན་  
 གཉིས་ཀྱི་ཤེས་པས་སྐྱུག་པ་དང་མི་སྐྱུག་པ་སོ་སོར་ཡོངས་སུ་གཅོད་པ་བཞིན་ནོ། །  
 དེ་ལྟར་ཡང་བསྐྱུ་བར། ཅིའི་སྤྱིར་རྣམ་པ་དང་བཅས་པ་དག་ཅེས་བྱ་ཞེ་ན། སྐྱེས་པ་  
 དམིགས་པ་བཞི་ལ་རྣམ་པ་དུ་མར་འཇུག་པའི་སྤྱིར་རོ། ཅེས་གསུངས་སོ། དེ་བས་  
 ན་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་རོ་བོ་དང་བྱད་པར་གྱི་རྣམ་པ་འཁྱུངས་པ་  
 བྱི་མ་ཡིན་ཏེ་ཤེས་རིག་འདི་དག་གི་རྟོག་པ་བྱད་པར་མེད་པར་བཤུ་བའི་སྤྱིར་ཏེ།  
 ཤེས་རིག་རྣམས་ཀྱི་རྟོགས་པ་མི་འདྲ་བའི་བྱད་པར་ནི་བཟུང་བའི་རྣམ་པ་བྱ་དད་པ་  
 ཁོ་ནས་འབྱེད་པར་བྱེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ཡང་རྣམ་འབྲེལ་ལས། ཡུལ་རྣམས་  
 ཅན་ནི་བྱ་དད་པས། སློའི་རྟོག་པ་བྱ་དད་སྤྱིར། ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་ན་བྱེ་བཤད་དུ། གནས་དང་དམིགས་པ་དང་རྣམ་པ་དང་དུས་དང་  
 རྗེས་མཁུངས་པ་ཉིད་རྣམ་པ་ལྟས་སེམས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྱང་བའི་སྤྱིར་མཁུངས་པར་  
 ལྟན་པས་མཁུངས་པར་ལྟན་པ་རྣམས་ཞེས་བུའོ། །ཅེས་བཤད་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཅེ་ན།  
 དེ་ནི་འཛིན་སྟངས་ཀྱི་སྤྱི་མཁུངས་པ་ཙམ་ལ་བསམས་པ་ཡིན་གྱི། དེ་དག་རོ་བོ་དང་

ཁུད་པར་འཛིན་པའི་འཛིན་སྒྲུངས་ཀྱི་ཁྱེ་བྲག་ཐང་དང་པ་ཁོ་ཙམ་བཞེད་པ་ཡིན་ཏེ།  
སྒྲོ་བ་དཔོན་དེ་ཉིད་ཀྱིས་དབུས་མཐའི་འགྲེལ་བཤད་དུ། དེ་དག་གྱང་གནས་དང་  
དམིགས་པ་དང་དུས་དང་རྒྱ་ས་མཚུངས་པ་ཡིན་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་ཁུད་པར་མེད་  
པར་བཤེས་པའི་བྱིར་རྣམ་པ་མཚུངས་པས་ནི་མ་ཡིན་ཅོ་ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར་རོ། །

རྣམ་རིག་ཅུ་ལྟ་བུ་ལ་ཡང་དག་པར་ན་བཟུང་བའི་རྣམ་པ་ལས་ས་  
 གཏོགས་པའི་དམིགས་པ་མེད་ཅིང་སེམས་དང་སེམས་བྱུང་རྣམས་བཟུང་རྣམ་ཡང་  
 མི་འདྲ་ན་ཇི་ལྟར་ན་དེ་དག་དམིགས་པ་མཆོངས་པར་འགྱུར་ཅི་ན། ཡང་དག་པར་  
 ཤེས་པའི་དམིགས་པ་རྟུལ་ཅུ་ལ་ཡང་ཁས་མི་ལེན་ན་སེམས་སེམས་བྱུང་དམིགས་པ་  
 མཆོངས་པར་ཁས་ལེན་པ་ལྟ་སྟོན་གྱི་ཅི་དགོས། དེ་ལྟར་ཡང་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཤེས་པ་  
 ལས་ཁྱི་རོལ་ཏུ་ཆད་པ་ལྟ་བུ་གཅིག་པུར་སྒྲུང་བ་གང་ཡིན་པ་འདི་ཉིད་འཇིག་རྟེན་  
 གྱི་བྱ་སྒྲུང་དང་མཐུན་པར་དམིགས་པར་འཇིག་ཅིང་། རྣམ་པ་ནི་འདིར་མདོ་སྟེ་པ་  
 ལྟར་ཡུལ་གྱི་རྣམ་པ་ལ་མི་བྱེད་དེ། ཤེས་པ་ལ་སྒྲུང་བ་ལས་ས་གཏོགས་པའི་ཡུལ་གྱི་  
 རྣམ་པ་མེད་ཅིང་། དེ་ལས་ས་གཏོགས་པའི་ཡུལ་དང་དམིགས་པ་མེད་པའི་སྒྲིབ་རོ། །  
 དེ་བས་ན་ཤེས་པའི་འཇིག་སྒྲུངས་ལ་རྣམ་པར་བྱེད་ཅིང་། ཤེས་པའི་འཇིག་སྒྲུངས་  
 མི་འདྲ་བ་ལ་གཟུང་བའི་རྣམ་པ་བྱ་དད་པ་ཞེས་བྱའོ། །བཟུང་རྣམ་ནི་བཟུང་བའི་  
 ཡུལ་རྟུ་སྒྲུང་བ་འདི་ས་ཡིན་ནས་ཇི་ལྟར་ཤེས་པའི་འཇིག་སྒྲུངས་སུ་འབྱུང་ཅི་ན།  
 བཟུང་བའི་སྒྲ་ནི་ལས་དང་བྱ་བ་གཉིས་ཀ་ལ་འཇུག་པས་བཟུང་བར་བྱ་བས་ན་  
 བཟུང་རྣམ་ཅིས་ལས་ལ་སྒྲུར་ན་དེ་ལྟར་ཡིན་ཡང་། འདིར་བཟུང་བའི་རོ་བོ་ནི་



བཟུང་ནམ་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སྦྱར་བས་སྦྱོན་མེད་དོ། །

དེ་ལ་དོན་གྱི་ངོ་བོ་ནི་གང་ཁྱད་པར་གང་ཞེན། གཞན་དག་ཚེས་ཅན་ནམ་  
 ཅེན་ལ་ངོ་བོ་དང་ཚེས་སམ་ཅེན་པ་ལ་ཁྱད་པར་དུ་འདོད་ཀྱང་། དེ་ནི་འབྲེལ་བ་མ་  
 ཡིན་ཏེ། ཁྱད་པར་དང་ཁྱད་པར་ཅན་ནམ་ཚེས་དང་ཚེས་ཅན་དག་ནི་དབང་བོའི་  
 ཤེས་པ་ལ་ཁོར་དང་བཅས་པའི་ཡུལ་དུ་རུང་བ་མ་ཡིན་སྟེ། སྦྱེས་བུའི་འདོད་པ་ཅམ་  
 གྱིས་བཞག་པས་དོན་ལ་མ་གྲུབ་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་སྐད་དུ་ཡང་། རྣམ་འབྲེལ་ལས།  
 ཁྱད་པར་དང་ནི་ཁྱད་པར་ཅན། ། བཛྲོད་པར་འདོད་པས་གཞན་དབང་བྱིར། །ཞེས་  
 དང་། ཚད་མ་ཀུན་ལས་བདུས་པར་ཡང་། དུ་མའི་ངོ་བོའི་ཚེས་ཅན་ནི། །དབང་བོ་  
 ལས་ཏྟགས་སྤྲོད་མ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་བས་ན་སྦྱེ་མཆེད་གྱི་རང་  
 གི་མཆོན་ཉིད་རྣམས་ནི་དོན་གྱི་ངོ་བོ་ཡིན་ལ། རྫས་གྱི་རང་གི་མཆོན་ཉིད་རྣམས་ནི་  
 ཁྱད་པར་ཡིན་ཞེས་བྱ་བར་ཏྟགས་སོ། །

དེ་ལ་གཟུགས་གྱི་བྱེ་བྲག་ཇི་སྟེད་པ་ཀུན་གཟུགས་གྱི་སྦྱེ་མཆེད་ཅེས་བྱ་  
 བའི་སྦྱེ་མཆེད་གྱི་རང་མཆོན་གཅིག་ཡིན་ལ། དེ་བཞིན་དུ་སྦྱ་དང་དྲི་དང་རོ་དང་  
 རེག་བྱ་ཇི་སྟེད་པ་ཀུན་དེ་དང་དེའི་སྦྱེ་མཆེད་གྱི་རང་མཆོན་རེ་རེ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །  
 གཟུགས་གྱི་ནང་མཆོན་སྦྱོན་པོ་དང་སེར་པོ་ལ་སོགས་པ་དང་། དེ་ཡང་ཡིད་དུ་འོང་  
 བ་དང་མི་འོང་བ་སོགས་དང་། སྦྱའི་ཁྱད་པར་རྒྱ་དང་སྦྱ་དང་རྒྱ་དང་སྦྱ་ལ་སོགས་པ་  
 དེར་དེ་ཡང་སྦྱོན་པ་དང་མི་སྦྱོན་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ནི་རྫས་གྱི་རང་གི་མཆོན་  
 ཉིད་ཅེས་བྱའོ། །བཤད་མ་གྲག་པའི་མཆོན་ཉིད་ཅན་གྱི་དོན་གྱི་ངོ་བོ་དང་ཁྱད་པར་

དེ་དག་གྲང་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་ཀྱིས་རིག་གོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་  
ཡང་ངོ་བོ་དང་ཁྱད་པར་ཡོངས་སུ་གཙོ་བོ་ཡིན་ལ། ཡོངས་སུ་གཙོ་བོ་ཡིན་  
ཡང་དེ་དག་དེའི་ལྷན་པ་ལ་ངེས་པ་འདྲེན་པ་ལ་བྱའི། ངོ་བོ་དང་ཁྱད་པར་གྱི་རྩིས་  
གྱི་ངོ་བོ་རིག་པ་ཙམ་ལ་ནི་མི་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟ་ན་ཡུལ་གཅིག་གི་དོན་གྱི་ངོ་བོ་དང་ཁྱད་  
པར་གྱི་རྩིས་དབྱེར་མེད་པའི་ཕྱིར། གཉིས་ཀས་གྲང་གཉིས་ཀ་རིག་པས་སེམས་  
ཀྱིས་ནི་ངོ་བོ་ཙམ་རིག་པ་སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་ཁྱད་པར་རིག་གོ་ཞེས་  
བྱ་བའི་དབྱེ་བ་མི་འབྲད་པར་འགྱུར་ངོ། །རང་སྟོབས་དང་གཞན་སྟོབས་ཀྱིས་རིག་  
པས་སྟོན་མེད་ཅེས་སྒྲ་བར་རྟུན་པ་ས་ཡིན་ཏེ། དབུས་མཐའི་འགྲེལ་བར། དོན་  
ཙམ་མཐོང་བ་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པའོ་ཞེས་དང་། དེའི་འགྲེལ་བཤད་དུ། ཙམ་ཞེས་  
བྱ་བ་ནི་ཁྱད་པར་དགག་པའི་དོན་ཏེ་བྱེ་བྲག་མི་འདྲིན་གྱི་དངོས་པོའི་ངོ་བོ་ཙམ་  
དམིགས་སོ་ཞེས་བྱ་བའི་བྲ་ཚིག་གོ་ཞེས་གསུངས་པས། སེམས་ཀྱིས་དོན་གྱི་ཁྱད་  
པར་རིག་པ་བཀག་པའི་ཕྱིར་ངོ། །གཞན་ཡང་སྒྲ་ན་དང་སྒྲུང་བའི་བརྟུང་བས་ནད་  
ཞི་བ་སྒྲ་ན་དང་འགྲོགས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཡིན་ཞིང་སྒྲ་ན་གྱིས་ནད་ཞི་བ་རང་སྟོབས་  
ཡིན་གྲང་། གཉིས་ཀས་གྲང་ནད་ཞི་བར་བྱེད་པ་ལ་ཁྱད་པར་མེད་པའི་ཕྱིར་སྒྲ་ན་  
དང་སྒྲུང་བའི་བརྟུང་བ་ལ་ནད་ཞི་བའི་རྟུན་པ་མེད་ལ་སྒྲ་ན་ལ་ཡོད་ཞེས་བརྗོད་མི་  
རྟུན་པ་ལྟར། རང་སྟོབས་གཞན་སྟོབས་གང་ཡིན་ཡང་སྒྲ་སྟེ་གཉིས་ཀས་གྲང་ངོ་བོ་  
དང་ཁྱད་པར་གཉིས་ཀ་རིག་པའི་ཕྱིར། དེ་ལ་དོན་མཐོང་རྣམ་པར་ཤེས། །དེའི་ཁྱད་  
པར་སེམས་ལས་བྱུང་། །ཞེས་པའི་དབྱེ་བ་འདི་མི་འབྲད་པའི་ཉེས་པ་སོན་འདུག་གོ། །

ཡུལ་དེ་ལ་ངེས་པ་དྲངས་པ་དང་མ་དྲངས་པ་ལས་ཡུལ་དེ་མཐོང་བ་དང་མ་མཐོང་  
བར་ཡང་འཛིག་རྟེན་དང་བསྟན་བཅོས་གཉིས་ཀ་ལ་གྲགས་ཏེ། འཛིག་རྟེན་ན་ཡང་  
ཡིད་ཡུལ་གཞན་ལ་ཡོངས་པའི་གནས་སྐབས་སུ་གཟུགས་དང་སྒྲ་ལ་སོགས་པ་  
མའོན་སུམ་གྱིས་ཉམས་སུ་མྱོང་བའི་དོན་འགའ་ཞིག་ཀྱང་ཁོ་བོས་མ་མཐོང་མ་ཐོས་  
ཞེས་བརྗོད་པ་མཐོང་ཞིང་། བསྟན་བཅོས་ལས་ཀྱང་། དེ་མ་མཐོང་བར་དེ་མི་  
མཐོང་། །ཞེས་གཞན་དབང་གིས་པའི་སྒྲོའི་ཡུལ་མིན་ཅིང་འཕགས་པའི་རྗེས་ཐོབ་  
གྱི་ཡུལ་ཡིན་པ་དང་། ཀུན་རྟགས་གྱིས་པའི་སྒྲོའི་ཡུལ་དུ་བཞག་པ་སོགས་ཀྱང་དེ་  
དང་དེ་ལ་ངེས་པ་འདྲེན་ནུས་པ་དང་མི་ནུས་པ་ཁོ་ནས་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟ་ན་ཡང་རྣམ་ཤེས་གྱིས་ནི་ཇི་སྐད་བཤད་པའི་སྒྲེ་མཆེད་གྱི་རང་མཆོན་  
ཉིད་ལ་ངེས་པ་འདྲེན་ལ་རྫས་གྱི་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ལ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་  
གང་ལས་ཞེ་ན། ལུང་རིགས་ལས་ཏེ། དེ་ལ་རེ་ཞིག་ལུང་ནི། སྒྲོབ་དཔོན་དབྱིག་  
གཉིན་གྱིས། གང་ཡང་སྒྲེ་མཆེད་གྱི་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ལ་ནི་སོ་སོ་རང་གི་མཆོན་  
ཉིད་གྱི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་གྱི་རྫས་གྱི་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ལ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས། དབང་  
ཤེས་རྣམས་སྒྲེ་མཆེད་གྱི་རང་མཆོན་གྱི་ཡུལ་ཅན་དུ་བཤད་གྱི་རྫས་གྱི་རང་མཆོན་  
གྱི་ཡུལ་མ་ཡིན་པར་བཤད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རིག་པ་ཡང་ཡོད་དེ། མིག་གི་རྣམ་པར་  
ཤེས་པ་ནི་སྒྲོན་པོ་དང་སེར་པོ་ལྟ་བུ་རྫས་གྱི་རང་མཆོན་རེ་རེ་བའི་ཡུལ་ཅན་མ་ཡིན་ཏེ།  
སྒྲོ་སེར་སོགས་ཁ་དོག་གི་རྫས་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་ཅིག་ཅུང་ཉེ་བ་ན་ཀུན་ཕུན་སོད་དུ་  
འཛིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅི་སྒྲེ་འདི་སྒྲོ་སེར་སོགས་རྫས་སོ་སོར་ངེས་པ་རྣམས་གྱི་ཡུལ་



ཅན་དུ་ངེས་ན་ཀུན་གྱི་མོང་དུ་འཛིན་པ་དེ་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་དབང་  
པོ་ལྷ་པོ་ཡུལ་སོ་སོར་ངེས་པའི་ཡུན་ཡིན་པས། གཅིག་གི་ཡུལ་ཅིག་གིས་མི་འཛིན་  
པ་བཞིན་ནོ། །དེ་བས་ན་སྟོན་པོ་དང་སེར་པོ་ལ་སོགས་ཇུས་རེ་རེ་བ་རྣམས་ནི་མིག་  
གིས་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ངེས་པའི་ཡུལ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ཡུལ་དུ་མེད་པར་ཡང་  
གཟུགས་ཀྱི་སྟེ་མཆེད་གཞན་ལས་དེ་འབྱུང་བའི་བྱིར་རོ། །ཅི་སྟེ་སྟོ་སེར་ལ་སོགས་  
པའི་ཇུས་རེ་རེ་བ་དེ་དག་མེད་ཀྱང་མིག་ཤེས་གཞན་འབྱུང་ཡང་དེ་དག་ཉིད་འཛིན་  
པའི་མིག་ཤེས་ནི་དེ་དག་མེད་པར་མི་འབྱུང་བས་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཅི་ཅམ་  
ཀྱི་ཡུལ་མ་ཡིན་ཡང་བྱེ་བྲག་གི་ཡུལ་དུ་ངེས་སོ་ཞེ་ན། སེར་པོ་འཛིན་པའི་མིག་གི་  
རྣམ་ཤེས་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་སེར་པོ་ཁོ་ནའི་ཡུལ་ཅན་དུ་ངེས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རྟེན་  
ཡོད་ན་སྟོན་པོ་ལ་སོགས་པ་གཞན་ཡང་འཛིན་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་བས་ན་སྟོ་སེར་ལ་  
སོགས་པའི་ཇུས་རེ་རེ་བ་རྣམས་ནི་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ངེས་པའི་ཡུལ་མ་  
ཡིན་གྱི་འོན་ཀྱང་གང་ཞིག་ཡུལ་དུ་མེད་ན་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་བསྟན་མི་འབྱུང་  
བ་དེ་ནི་དེའི་ངེས་པའི་ཡུལ་ཡིན་ཏེ།

དེ་ཡང་གང་ཞེ་ན། སྟོ་སེར་སོགས་ཇུས་ཀུན་ལ་ཁུབ་པའི་གཟུགས་ཀྱི་སྟེ་  
མཆེད་གང་ཡིན་པའོ། ། གཟུགས་ཀྱི་སྟེ་མཆེད་འགའ་ཡང་ཡུལ་དུ་མེད་པར་ནི་  
མིག་གི་ཤེས་པ་འགའ་ཡང་སྟེ་བར་མ་དཔྱི་གས་སོ། །དེ་བས་དེ་ནི་དེ་ཁོ་ནའི་ཡུལ་  
ཅན་ཡིན་ནོ། །ཅི་སྟེ་སྟོ་སེར་སོགས་ལས་མ་གཏོགས་པའི་གཟུགས་ཀྱི་སྟེ་མཆེད་  
ཡོད་ན་གཟུགས་ཀྱི་སྟེ་ཇུས་གྲུབ་ཁས་བླངས་པར་འགྱུར་ལ། མེད་ན་སྟོ་སེར་

སོགས་ཀྱི་རྩ་ས་ཉིད་མིག་ཤེས་ཀྱི་ཡུལ་ཡིན་པས། དཔུང་པ་རྣམས་དོན་མེད་དོ་ཅེ་ན།  
 མྱོ་སེར་སོགས་ལས་མ་གཏོགས་པའི་གཟུགས་ཀྱི་སྒྲེ་མཆེད་མིག་ཤེས་ཀྱི་གཟུང་  
 བུའི་ཡུལ་དུ་ཡོད་པར་ཁས་སྒྲུངས་ན་ཉེས་པ་སྒྲིལ་ཤོ་ནར་འགྱུར་ཡང་དེ་ནི་མི་  
 འདོད་ཀྱི། འོན་ཀྱང་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཡུལ་ནི་གཉིས་ཏེ། གཟུང་བར་བྱ་  
 བ་དང་། ཞེན་པར་བྱ་བའི་ཡོངས་སུ་བཅད་པར་བྱ་བའི་ཡུལ་ལོ། །

དང་པོ་ནི་མྱོ་སེར་ལ་སོགས་པའི་རྩ་ས་རྣམས་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ལས་མ་  
 གཏོགས་པའི་མིག་ཤེས་ཀྱི་གཟུང་བྱ་པ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་དག་ཡོངས་སུ་  
 བཅད་པར་བྱ་བའི་ཡུལ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་མིག་ཤེས་ཀྱི་སྒྲོན་པོ་མཐོང་བ་ན་  
 འདི་གཟུགས་སོ་སྣམ་དུ་ངེས་པ་དང་། སྒྲོན་པོ་སྣམ་དུ་ངེས་པ་གཉིས་སྒྲེ་བ་ན། དང་  
 པོ་ནི་མིག་ཤེས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཡིན་ཏེ། ཁུད་པར་མ་ཕྱེ་བར་གཟུགས་ཅམ་དུ་ཡོངས་སུ་  
 གཅོད་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི་སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཡིན་ཏེ།  
 གཟུགས་ཀྱི་ཁུད་པར་ཡོངས་སུ་གཅོད་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བས་ན་མིག་ཤེས་  
 ཀྱི་ཡོངས་སུ་གཅོད་པར་བྱ་བའི་ཡུལ་ནི་མྱོ་སེར་སོགས་རྩ་ས་ཀུན་གྱི་སྒྲེང་ན་ཡོད་  
 པའི་གཟུགས་ཀྱི་སྒྲེ་མཆེད་ཀྱི་ལྷོག་པ་ཡིན་ཏེ། དེས་དེ་ལ་ངེས་པ་འདྲེན་ཅིང་ཡོངས་  
 སུ་གཅོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཉིད་གཟུགས་ཀྱི་དོན་གྱི་ངོ་བོ་ཞེས་ཀྱང་བྱ་ཏེ། གཟུགས་  
 སྒྲོའམ་སེར། ཡིད་དུ་འོང་འམ་མི་འོང་ཞེས་སོགས་ཁུད་པར་དཔུང་པའི་གཞི་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་བས་ན་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་དེའི་ལམ་གྱི་སེམས་བྱུང་རྣམས་

ཀྱི་བཟུང་བུའི་ཡུལ་ནི་ཕྱོ་སེར་སོགས་རྩ་ས་ཀྱི་རང་མཆོན་རྣམས་ཡིན་ལ། ཡོངས་སུ་  
བཅུད་པར་བྱ་བུའི་ཡུལ་ནི་རྩ་ས་ཀྱི་རང་མཆོན་དང་། རྒྱེ་མཆོད་ཀྱི་རང་མཆོན་ནས།  
དོན་ཀྱི་རོ་བོ་དང་ཁུད་པར་རྣམས་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཐོང་དུ་ཆུད་པར་བུའོ། །

གང་ཡང་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པས་ནི་གཟུགས་ཀྱི་རོ་བོ་ཡོངས་སུ་གཅོད་  
ལ་མིག་ཤེས་ལ་ཁོར་གྱི་ཆོར་བ་ལ་སོགས་པ་སེམས་བྱུང་རྣམས་ཀྱིས་གཟུགས་ཀྱི་རོ་  
བོ་ཡོངས་སུ་གཅོད་པར་མི་རྣམས་ཞེས་བྱ་བ་འདི་གང་ལས་ཞེ་ན། རིགས་པ་ལས་ཏེ།  
མིག་ལ། རྟེན་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེས་ནི་གཟུགས་ཀྱི་རོ་བོ་ཡོངས་སུ་དབྱེད་པར་  
རྣམ་པ་ཡིན་ཏེ། གཟུགས་འཛིན་པའི་ཤེས་རིག་ཀུན་གྱི་ནང་ན་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་  
ཕྱིར་ཏེ་ཤེས་རིག་ག་ཞན་རྣམས་ནི་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་གཟུགས་འཛིན་པ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །དེའི་ལ་ཁོར་གྱི་ཆོར་བ་ལ་སོགས་པ་སེམས་བྱུང་གིས་ནི་གཟུགས་ཀྱི་བྱུང་  
པར་ཅོམ་ཡོངས་སུ་གཅོད་རྣམས་ཀྱི་རོ་བོ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། གཟུགས་འཛིན་པའི་རྣམ་  
ཤེས་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བས་དེའི་ལ་ཁོར་དུ་གྱུར་པས་པལ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དཔེར་ན་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བའི་རྒྱལ་པོ་ནི་རྣམ་སྒྲིལ་གྱི་སྟོབས་ཀྱིས་དེའི་  
རྒྱལ་ཁྲིད་ལ་ལོངས་སྟོང་བྱེད་དུ་སྒྲིལ་བས་རྒྱལ་ཁྲིད་གྱི་ལོངས་སྟོང་གྱི་གཙོ་བོ་དག་  
ལ་ལོངས་སྟོང་ཅིང་། དེའི་འཁོར་སྟོན་པོ་ལ་སོགས་པ་དག་ནི་དེའི་སྟོབས་ཀྱིས་  
རྒྱལ་ཁྲིད་ལ་ལོངས་སྟོང་གཏང་། ལོངས་སྟོང་གྱི་ཁྱད་པར་དག་ལས་ལོངས་སྟོང་གྱི་  
གཙོ་བོ་རྣམས་ལ་ནི་མ་ཡིན་པ་སྟེ། །མིག་ལ་དྲིན་བའི་སེམས་དང་སེམས་ལས་  
ཡུར་བའི་ཁྱད་པར་ནི་སྒྲིབ་བཤད་པ་ལས་དཔག་ས་ནས་དབང་པོ་སྟག་ས་བཞི་ལ་



རྟེན་པའི་སེམས་དང་སེམས་བྱུང་རྣམས་ཀྱི་ཁུད་པར་ཡང་རྟོགས་པར་བྱའོ། །ཀུན་གཞི་དང་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་དང་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་ཀྱི་རང་ཡུལ་གྱི་དོན་གྱི་ངོ་བོ་ཅུང་ཡོངས་སུ་བཅོད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་དེ། དབང་བོའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་དང་རྣམ་པར་ཤེས་པར་ཁུད་པར་མེད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་རང་ག་ཞན་ཁུད་མེད་གྱི་རྟགས་ལས་རྗེས་སུ་དཔག་གོ། །ཀུན་གཞི་དང་ཉོན་མོངས་ཀྱི་མཆོམ་གཞི་ནི་ལུང་ལ་རྟེན་ནས་འོག་ཏུ་སྒྱུབ་པར་བྱེད་དོ། །དེ་ལྟར་ན་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་ཀྱི་ཁུད་པར་ནི་སློ་གྲོས་ཀྱི་ཤེས་ཅི་མོ་ལྟར་རྩོམ་པ་བའི་མཁས་པ་དག་ཁོ་ནའི་སྟོང་ཡུལ་ཡིན་དེ། ཁོ་བོས་རི་རྒྱུད་བཤད་པ་ལྟ་བུའི་རིགས་པ་ཕྱ་ཞིང་ཕྱ་བ་དག་གི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་རྟོགས་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །སློ་གྲོས་ཀྱི་འདུག་པ་ཅིང་པོ་དག་གི་ནི་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་སྟོང་ཡུལ་མ་ཡིན་དེ། མཛོད་འགྲེལ་དུ། སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་དག་གི་བྱེ་བྲག་ནི་ཕྱ་བས་དེ་ནི་རེ་ཞིག་རྒྱུན་རྣམས་ལ་ཡང་དབྱེད་པར་དཀའ་ན་རྒྱུད་ཅིག་མ་དག་ལ་ལྟ་སྟོས་ཅི་དགོས། ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

གཉིས་པ་ཁམས་ཀྱི་མཆོམ་ཉིད་ལ་དབང་བོ་ཡུལ་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཁམས་ཀྱི་མཆོམ་ཉིད་དང་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ་ནི་དྲི་བ་ནི་མིག་གི་ཁམས་ཞེས་སོ། །ལན་ནི་འདི་དང་པོ་ཉིད་སྟོང་འཛིན་པ་ཁམས་ཀྱི་དོན་དུ་བསྟན་པ་ནི། འདས་པའི་མིག་གང་གིས་གཟུགས་རྣམས་མཐོང་བར་གྱུར་པ་དང་། ད་ལྟར་གྱི་མིག་གིས་གཟུགས་རྣམས་མཐོང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ནི་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཉིད་

སྤྱོད་གནས་ཀྱི་སྒོ་ནས་གཟུང་ཟེན་པ་དང་། འཛིན་བཞིན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མིག་གི་  
ཁམས་ཞེས་བྱའོ། །དེ་གཉིས་ནི་མིག་གྱུར་ཡིན་ལ་དེའི་ཁམས་གྱུར་ཡིན་པས་མིག་  
གི་ཁམས་ཞེས་གཞི་མཐུན་དུ་སྦྱར་རོ། །མིག་མ་འོངས་པ་ནི་ཉེར་སྤྱོད་འཛིན་པར་  
མ་ངེས་པའི་ཕྱིར་མ་སྒྲིམ་སོ། །ས་བོན་ལ་ཁམས་ཀྱི་དོན་དུ་བསྟན་པ་ནི། མིག་དེའི་  
ས་བོན་བསགས་པ་གང་ལས་མ་འོངས་པ་ནི་མིག་འགྲུབ་པར་འགྱུར་བ་ད་ལྟ་ནས་  
པའི་ངོ་བོར་གནས་པ་དང་། རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་ཀུན་གཞི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གང་ལས་  
ད་ལྟར་མིག་གྲུབ་ཟེན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ལ་ཡང་མིག་གི་ཁམས་ཞེས་བྱ་སྟེ།  
མིག་མངོན་གྱུར་བ་འབྲས་བུར་འཛིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་ལ་མིག་དང་  
འབྲེལ་བའི་ཁམས་ལ་མིག་གི་ཁམས་ཞེས་བྱའོ། །

ལྟག་མ་ལྟ་ལ་སྦྱར་བ་ནི། མིག་གི་ཁམས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ལ་མངོན་གྱུར་ལ་  
འདས་པ་དང་ད་ལྟར་བ་གཉིས་དང་། ས་བོན་ལ་འགྲུབ་འགྱུར་དང་གྲུབ་ཟེན་གྱི་ས་  
བོན་གཉིས་བཤད་པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་ཡིད་གྱི་ཁམས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་གྱི་བར་ལ་  
ཡང་དེ་བཞིན་དུ་ལྟ་བར་བྱ་སྟེ་འདི་ལྟར་ཡིད་གང་གི་ས་ཆོས་རྣམས་ཤེས་པར་གྱུར་པ་  
དང་ཤེས་པ་དང་། དེའི་ས་བོན་བསགས་པ་དང་། ཡང་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་ཀུན་གཞིའི་  
རྣམ་པར་ཤེས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡིད་གྱི་ཁམས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་དོ། །ཞེས་པའི་བར་རོ། །  
ཡུལ་གྱི་ཁམས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ལ་ཡང་སྒྲ་མ་ལྟར་གཉིས་ལས་དང་པོ་གཟུགས་ཀྱི་  
ཁམས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ནི། འདས་པའི་གཟུགས་གང་དག་མིག་གིས་མཐོང་བར་གྱུར་  
པ་དང་། ད་ལྟར་གྱི་གཟུགས་གང་མིག་གིས་མཐོང་བ་རྣམས་ནི་མིག་གི་རྣམ་པར་

ཤེས་པའི་ཉིད་སྟོན་དམིགས་པའི་སྒྲོ་ནས་འཛིན་བཞིན་པ་དང་བཟུང་བེན་པ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་རམ་གཟུགས་དེ་ལ་མིག་གི་ཁམས་དབང་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པ་ཉིད་གྱི་  
 གཟུགས་གྱི་ཁམས་ཞེས་བྱའོ། །ཅིའི་ཕྱིར་དེ་ལ་མིག་གི་ཁམས་དབང་བྱེད་ཅེ་ན།  
 གདུགས་སྐྱབ་པ་ན་གྱི་བ་མ་འབྱུང་བ་ལྟར་ནང་དུ་དབང་པོ་རྣམས་གྲུབ་ན། དེའི་  
 དབང་གིས་སྤྱི་རོལ་དུ་ཡུལ་རྣམས་རང་དབང་དུ་འབྱུང་བས་དེའི་ཕྱིར་མིག་ནི་  
 གཟུགས་ལ་དབང་བྱེད་ཅེས་བྱའོ། །ཅིའི་ཕྱིར་དབང་པོའི་དབང་གིས་ཡུལ་གྲུབ་པ་  
 ཡིན་ཞེ་ན། ཡོངས་དབྱེད་པར་བྱ་བའི་ཡུལ་མེད་ན། སྟོན་བྱེད་གྱི་དབང་པོ་གྲུབ་པ་  
 རོན་མེད་པའི་ཕྱིར། ལས་གྱི་སྟོབས་གྱིས་དབང་པོའི་དབང་གིས་ཡུལ་འབྲུབ་པ་  
 ཡིན་ཅོ། །ལྷག་མ་ལྟ་ལ་སྐྱར་བ་ནི་གཟུགས་གྱི་ཁམས་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཡུན་གྱི་སྒྲོ་  
 རས་བསྟན་པ་ནི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ། ཚེས་གྱི་ཁམས་གྱི་མཆོན་ཉིད་གྱི་བར་གྱུར་དེ་  
 བཞིན་དུ་ལྟ་བར་བྱ་སྟེ་འདི་ལྟར། ཚེས་གང་ཡིད་གྱིས་ཤེས་པར་གྱུར་པ་དང་། ཤེས་པ་  
 རྣམས་དང་། དེ་ལ་ཡིད་གྱི་ཁམས་དབང་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པའོ། །ཞེས་པའི་བར་རོ། །

འདིར་ཡུལ་གྱི་ཁམས་སྟོན་པ་ན་ས་བོན་ལ་སྟོས་པ་ནི། ཁ་ཡེ་ཤེས་བཤེས་  
 གཞེན་གཅིག་ཐོག་མཐའ་གཉིས་སུ་བཤད་པས་ཤུགས་ལ་གོ་བར་དགོངས་ནས་མ་  
 གསུངས་པ་ཡིན་གྱི་ཡུལ་གྱི་ས་བོན་མི་བཞེད་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཀུན་གཞིའི་རྣམ་  
 ཤེས་ནི་ས་བོན་ཐམས་ཅད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བེད་རོ། །གཞན་དག་ན་རེ། ཡུལ་  
 ནི་དབང་པོའི་དབང་གིས་འབྲུབ་པར་གསུངས་པས་དབང་པོའི་ས་བོན་ལས་གྱུད་  
 ན་ཡུལ་གྱི་ས་བོན་མེད་པས་དེའི་ཕྱིར་མ་སྟོས་སོ་ཞེས་བེད་རོ། །རྣམ་པར་ཤེས་པའི་



ཁམས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ལ་ཡང་གཉིས་ལས། མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་ཁམས་ཀྱི་  
 མཆོན་ཉིད་ནི། ཉེར་སྟོན་རང་གི་མཆོན་ཉིད་འཛིན་པས། ཁམས་སུ་བསྟན་པ་ནི་རྟེན་  
 གྱི་སྒྲིམ་མཆོན་པ་རྟེན་མིག་དང་ཡུལ་གྱི་སྒྲིམ་དམིགས་པ་གཟུགས་དང་། རང་  
 གི་རོ་བོ་གཟུགས་སུ་སྒྲུབ་པའི་རྣམ་པར་རིག་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི། མིག་གི་རྣམ་  
 ཤེས་ཀྱི་ཉེར་སྟོན་རང་གི་མཆོན་ཉིད་འཛིན་པའི་ཕྱིར་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་  
 ཁམས་ཞེས་བྱའོ། །མིག་ཤེས་ལ་བོར་གྱི་ཆོར་བ་སོགས་ཀྱིས་མ་ངེས་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་  
 བ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་གི་རྟེན་ཡང་མིག་མ་ཡིན་ལ། དམིགས་པ་ཡང་གཟུགས་སུ་  
 རེས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། མིག་དང་གཟུགས་དམིགས་པ་དང་རྟེན་དུ་མེད་པར་དེ་དག་གི་  
 རིགས་ཅན་དུ་མི་སྦྱེ་བའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་ལྟར་ན་དེ་དག་མིག་གི་རྣམ་ཤེས་དང་རྟེན་དང་དམིགས་པ་མི་འཁྱེདས་  
 པར་འགྱུར་རོ་ཞེན་དཔེར་ན་རྩི་བོ་གང་ན་གནས་པའི་གྲོང་ན་དེའི་བྲན་ཡང་གནས་  
 པ་ལ་བྲན་དང་རྩི་བོ་གྲོང་མཁུངས་ཞེས་པའི་བ་སྟོན་བྱེད་ཀྱང་། གྲོང་དེ་ནི་རྩི་བོའི་  
 ཡིན་གྱི་བྲན་གྱི་མ་ཡིན་པ་ལྟར། རྣམ་ཤེས་གང་ལ་གནས་པའི་རྟེན་དེ་ཉིད་ལ་དེའི་  
 ལ་བོར་གྱི་སེམས་བྱུང་ཀྱང་བརྟེན། དེ་དག་རྟེན་མཁུངས་ཞེས་སོགས་བ་སྟོན་དུ་བྱས་  
 ཀྱང་། རྟེན་དང་དམིགས་པ་དེ་དག་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཡིན་གྱི། སེམས་  
 ལས་བྱུང་བ་དག་གི་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་ལ་རང་དབང་བའི་  
 རྟེན་དང་དམིགས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་དག་ནི་རྟེན་གྱི་དབང་གིས་རེ་རེ་ཡང་  
 རྟེན་སྟོ་ཆོགས་ལ་རྟེན་ཅིང་དམིགས་པ་སྟོ་ཆོགས་པ་ལ་དམིགས་པས་རྟེན་དང་

དམིགས་པ་སོ་སོར་ངེས་པ་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་བས་ན་མིག་དང་གཟུགས་ནི་  
 མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཉིད་ཀྱི་རྟེན་དང་དམིགས་པ་ཡིན་གྱི། གཞན་གྱི་མ་ཡིན་  
 བས་མཆོན་ཉིད་འདི་ནི་འབྲུལ་པ་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །ཁམས་ཀྱི་སྒྲུ་ས་བོན་གྱི་དོན་  
 ཅན་དུ་བསྟན་པ་ནི་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེའི་ས་བོན་ཀུན་གཞི་ལ་བསགས་པ་  
 གང་ལས་བྱི་མ་ལ་མིག་གི་རྣམ་ཤེས་འགྲུབ་པར་འགྱུར་བ་ད་ལྟ་ནུས་པའི་ངོ་བོར་  
 གནས་པ་གང་ཡིན་པ་དང་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གང་ལ་ད་  
 ལྟ་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གྲུབ་ཐིན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་གཉིས་ཀ་ཡང་མིག་གི་  
 རྣམ་ཤེས་ཀྱི་ཉིར་སྒྲོད་འབྲས་བུའི་སྒྲོ་ནས་འཛིན་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་མིག་གི་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པའི་ཁམས་ཞེས་བུའོ། །ལྷག་མ་ལྟ་ལ་སྒྱུར་བ་ནི། མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་  
 ཁམས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ལ་རང་གི་ངོ་བོ་དང་། ས་བོན་གྱི་སྒྲོ་ནས་སྟན་པ་ཇི་ལྟ་བུ་དེ་བཞིན་དུ།  
 ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་བར་ལ། ཡང་དེ་བཞིན་དུ་སྒྱུར་ཏེ། འདི་ལྟར་རྟེན་ཡིད་དང་  
 དམིགས་པ་ཆོས་ཀྱི་ས་ཆོས་སུ་སྒྱུར་བའི་རྣམ་པར་རིག་པ་གང་ཡིན་པ་དང་། དེའི་ས་  
 བོན་བསགས་པ་དང་། རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གང་ཡིན་པ་  
 དེ་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཁམས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་དོ་ཞེས་པའི་བར་རོ། །

གསུམ་པ་སྒྲེ་མཆེད་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ནི་ཁམས་ཇི་ལྟ་བུ་བཞིན་དུ་ལྟ་བར་  
 བུའི་གཞན་དུ་མ་ཡིན་ཏེ། མིག་གི་ཁམས་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ཉིད་ཉིར་སྒྲོད་སྒྲེ་  
 བའི་སྒྲོ་བུའི་ཆ་ནས་མིག་གི་སྒྲེ་མཆེད་ལ་སོགས་པར་བཞག་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་  
 ཡང་ཇི་ལྟར་མཐུན་མཐུན་དུ་སྒྱུར་ཏེ། འདི་ལྟར་མིག་གང་གིས་གཟུགས་རྣམས་

མཐོང་བར་གྱུར་པ་དང་། མཐོང་བ་དང་དེའི་ས་བོན་བསགས་པ་དང་རྣམས་པར་  
 སྒྲིམ་པ་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་གཤམ་པར་བཤད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་མིག་གི་སྒྲིམ་ཆེད་  
 ཀྱི་མཚན་ཉིད་དོ་ཞེས་སོགས་སྒྱུར་རོ། །འགྲེལ་པར་མིག་གང་གིས་གཟུགས་རྣམས་  
 མཐོང་བར་གྱུར་དང་ཞེས་འཆད་པ་ལྟར་ན། །ཁམས་དང་སྒྲིམ་ཆེད་མཚན་གཞི་  
 འགལ་བར་འགྱུར་ན། དེ་ཡང་འབྲུད་པར་མ་མཐོང་རོ། །དེ་ལྟར་ཆོས་གསུམ་སོ་  
 སའི་རོ་བོ་བདེ་བླག་ཏུ་རྟོགས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དེ་དག་གི་མཚན་ཉིད་བསྟན་ནས་  
 དེའི་འོག་ཏུ་མཚན་ཉིད་དེ་དང་ལྡན་པའི་མཚན་གཞི་དབྱེ་བ་དང་བྱེ་བ་སོ་སའི་རོ་བོ་  
 བྱེ་བླག་ཏུ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་དེ་དག་གི་རྣམ་པར་བཞག་པ་འཆད་དོ། །དེ་ཡང་ཕྱིར་བོ་  
 །ཁམས་དང་སྒྲིམ་ཆེད་ཀྱི་དབྱེ་བས་རྣམ་པ་གསུམ་ཡིན་ལ། དེ་དག་གི་དང་བོ་ཕྱིར་བོ་  
 ལྟའི་རྣམས་བཞག་ལ་དེ་ཞིག་གཟུགས་ཀྱི་ཕྱིར་བོ་བསྟན་ལ་དབབ་པའི་ཕྱིར་  
 གཟུགས་ཀྱི་ཕྱིར་བོའི་རྣམ་པར་བཞག་པ་གང་ཞེན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲིམ་སོ། །  
 དེ་ལ་རྣམ་པར་སྒྲིད་པ་ལ་ཞུགས་པ་ཁ་ཅིག་འདི་སྐད་དུ་ས་བཅུ་པའི་མདོ་ལས། ཀྱི་  
 རྒྱལ་བའི་སྤྲེལ་དག་ཁམས་གསུམ་པོ་འདི་དག་ནི་སེམས་ཙམ་སོ་ཞེས་པ་དང་། དོན་  
 ལང་གཤེགས་ལྟར་ཡོད་མ་ཡིན་སེམས་ཙམ་སྟེ། །སྤྱི་རོལ་དོན་མཐོང་ལོག་པ་ཡིན། །  
 ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་དང་། འདི་ཉིད་དུ་ཡང་། གཟུགས་ལ་རྒྱས་སུ་ཡོངས་སུ་  
 གྲུབ་པ་མེད་པར་འཇུག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་འཆད་པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནམ།  
 རི་ལྟར་ན་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཕྱིའི་དོན་རྣམ་པར་བཞག་པ་ལ་འབད་པར་བྱེད་  
 ལྟར་དུ་དོགས་ན། དཔྱེད་པ་དང་ལྡན་པ་དག་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་སྒྲིམ་བའི་



བདེན་མོད་ཀྱི་འོན་ཀྱང་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་མདོ་ལས། གཟུགས་སོགས་ཇི་  
ལྟར་གསུངས་པའི་ཚུལ་དང་། དེ་ཉིད་རྗེས་འཇུག་གི་གདུལ་བྱ་གྲུབ་མཐའ་སྒྲིབ་  
རྣམས་ཀྱིས་ཇི་ལྟར་བཀྲལ་བའི་ཚུལ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་བསྟན་ན་དེ་  
དང་དེ་འདྲ་བའི་དགོས་པ་གཞན་དག་ཀྱང་རང་གི་རང་གིས་སྟོན་པར་འགྱུར་བས་  
དེའི་ཕྱིར་སྤྱིའི་རྣམ་པར་བཞག་པ་ཅུང་ཟད་བརྗོད་པར་བྱའོ། །

དེ་ལ་བཅོམ་ལྟན་འདས་ཀྱིས་ཆོས་མངོན་པ་ལ་སོགས་པའི་མདོ་དག་  
ལས་འབྱུང་བ་དང་། འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་བ་དང་། སིག་ལ་སོགས་པ་ནང་གི་སྒྲེ་  
མཆེད་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཕྱིའི་སྒྲེ་མཆེད་ཀྱི་རྣམ་བཞག་མཛད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་  
ཉིད། རྩེ་བྲག་སྒྲིབ་དང་། མདོ་སྟེ་བ་དག་ནི་རེས་པའི་དོན་དུ་གཟུང་ནས་གཟུགས་  
སོགས་ཕྱིའི་དོན་རྣམས་རྫས་སུ་གྲུབ་པའི་རྣམ་བཞག་བྱེད་དོ། །དེ་ཡང་འདི་ལྟར་  
གཟུགས་ནི་རྟུལ་ཕྱན་དང་དེ་བསགས་པ་གཉིས་ཡིན་ལ། དེ་ལ་རྟུལ་ཕྱན་ནི་  
གཟུགས་སོགས་ཀྱི་ཆུང་བའི་མཐར་བྱག་པ་ཡིན་པས་གར་ལ་སོགས་པའི་སྟོགས་  
ཀྱི་ཆ་དང་བྲལ་བ་ཡིན་ཏེ་གཞན་དུ་ན་དེ་ལ་ཡང་ཆ་གཞན་དང་གཞན་དུ་དབྱེ་བར་  
བྱས་པའི་ཕྱིར་རྟུལ་ཕྱན་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་དོ། །དེ་ཡང་གཟུགས་ཅན་སྟོས་མཐར་  
སྟེ་ནས་བཞག་པ་སྟོོ་བདགས་པའི་ངོ་བོ་ནི་མ་ཡིན་ཀྱི་དོན་ལ་གནས་པ་རྫས་སུ་གྲུབ་  
པའི་རང་བཞིན་ཡིན་ཏེ། ཅི་སྟེ་རྟུལ་ཕྱན་རྫས་སུ་མ་གྲུབ་ན་དེས་རྣམས་པའི་  
གཟུགས་སྒྲིབ་ལ་སོགས་པའི་དོན་རྣམས་ཀྱང་རྩེ་བྲག་པས་ཀུན་བརྟགས་པའི་ཡན་  
ལག་ཅན་གྱི་རྫས་བཞིན་དུ་སྟོོ་བདགས་པའི་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་པར་འགྱུར་ལ་དེ་

ལྷ་ན་མིག་ལ་སོགས་པ་དབང་པོའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་ཀྱང་ཀུན་རྫོབ་པའི་  
ཡུལ་ཅན་ཉིད་ཀྱིས་རྣམ་པར་རྟོགས་པ་དང་བཅས་པར་ད་ཅང་ཐལ་ཆེས་པར་  
འགྱུར་རོ་སྟམ་དུ་བསམ་པ་ཡིན་ནོ། །

ཅི་སྟེ་ཆ་དང་དབྱིབས་མེད་པའི་རྒྱལ་ཕྱ་རབ་དེ་ལས་ཕྱོགས་དང་དབྱིབས་  
ལ་སོགས་པའི་ཆ་དང་བཅས་པའི་རི་བོ་ལ་སོགས་པ་རི་ལྷ་ར་འབྱུང་ཞེན་འདི་ལ་བྱེ་  
བྲག་པ་དག་ཆ་མེད་པའི་འབྱུང་བ་བཞིའི་རྒྱལ་ཕྱ་རབ་བཏགས་པ་ལས་དེ་དག་པན་  
ཚུན་ཕྱད་པའི་ལྷན་པ་ཞེས་པ་ཡིན་ཏན་དོན་གཞན་སྟེ་ལ། དེ་ལས་ཀྱང་མགོ་  
ཐོགས་སོགས་དང་ལྷན་པའི་རགས་པ་ཡན་ལག་ཅན་གྱི་རྫས་སྟེ་བར་འདོད་དོ། །  
གངས་ཅན་གྱི་རྟོག་གི་པ་པལ་ཆེ་བ་དག་ཀྱང་དེ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པར་སྦྲ་དེ། རྒྱལ་  
ཕྱན་ལས་མ་གཏོགས་པའི་གཟུགས་སྦྲ་ལ་སོགས་པ་དབང་ཤེས་གྱི་སྟོན་ཡུལ་དུ་  
གྱུར་པ་རགས་པ་རང་མཚན་ཁས་ལེན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཕྱོགས་འདི་ལ་བྱེ་བྲག་དུ་སྦྲ་  
བ་དག་དབུས་གྱི་རྒྱལ་ཕྱ་རབ་ལ་ཕྱོགས་དུག་གི་རྒྱལ་གྱིས་བསྒྲོར་བ་ན། དེ་དག་  
པན་ཚུན་གཅིག་ལ་གཅིག་མ་རེག་པར་གནས་པ་ཡིན་དེ། གཞན་དུ་ན་རྒྱལ་ཕྱ་རབ་  
ལ་ཆ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཆ་གཅིག་གིས་རེག་པ་ན་བདག་ཉིད་ཀུན་གྱིས་རེག་པས་རྒྱལ་  
དང་པོ་དང་གཉིས་པ་གོ་ས་གཅིག་དུ་འདྲེས་པའི་ཕྱིར་རྒྱལ་ཅི་ཅུས་ལྷན་ཅིག་དུ་  
འདྲེས་ཀྱང་རྒྱལ་ཕྱན་དང་པོ་ལས་གོ་ས་དང་བོང་ཆད་གོང་ནས་གོང་དུ་རྒྱས་པར་མི་  
འགྱུར་བར་ཐལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་ན་ནི་རྒྱལ་ཕྱ་རབ་ཕྱོགས་གྱི་ཆ་དང་བཅས་པར་  
འགྱུར་དེ། དབུས་རྒྱལ་གྱི་ཕྱོགས་གྱི་ཆ་གང་ལ་ཤར་རྒྱལ་གྱིས་རེག་པ་དེ་ལ་ཕྱོགས་

གཞན་ན་གནས་པའི་རྩལ་ཕྱན་གཞན་རྣམས་ཀྱིས་སྤྲེལ་ལ་ཤར་རྩལ་བཞིན་དུ་  
 བྱོགས་གཞན་གྱི་རྩལ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་དབུས་རྩལ་གྱི་བྱོགས་ཀྱི་ཆ་གཞན་དང་  
 གཞན་ལ་རྤེལ་པའི་བྱིར་རོ། །དེའི་བྱིར་རྩལ་ཕྱར་བ་བསྐྱོར་བ་བར་དང་བཅས་པ་  
 ཡིན་ལ་འཛིན་པར་བྱེད་པའི་རྒྱུ་གིས་གཟུང་བས་ལན་ཚུན་མི་འགྱེས་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་སྐད་དུ་ཡང་བྱི་རོལ་དོན་གྲུབ་ཏུ། །ཐ་དད་བྱོགས་ནས་མང་པོ་དག །  
 འགའ་ལ་ཀུན་ནས་བསྐྱོར་ཅུང་དུ། །བརྗོད་པར་བྱད་གྱི་རྩལ་དེ་ནི། །ཆ་ཤས་བཅས་  
 པའི་བདག་ཉིད་མིན། །ཞེས་གང་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་བུའི་རྩལ་ཕྱར་བ་  
 བསྐྱོར་བ་བར་དང་བཅས་པ་དེ་ཉིད་ལ་འདུས་པའི་བསགས་པ་ཞེས་ཀྱང་བྱ་ལ། དེ་  
 དག་ཅི་རིགས་པར་གནས་དང་དམིགས་པའི་སྒོ་ནས་དབང་པོའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
 རྣམས་ཀྱི་རྒྱ་བྱེད་པའི་བྱིར། གཟུགས་ཅན་གྱི་སྒྲེ་མཆེད་བཅུ་ཞེས་ཀྱང་བྱའོ། །དེ་  
 ཉིད་གྱི་བྱིར་མདོ་ལས་ཀྱང་། རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཆོགས་ལྡན་པའི་བསགས་པ་ལ་  
 དམིགས་པའོ། །ཞེས་དང་། སྒྲེ་མཆེད་བཅུ་ནི་རྩལ་ཕྱར་བ་བསགས་པའོ་ཞེས་  
 གསུངས་སོ་སྤྲུལ་དུ་སེམས་སོ། །བསགས་པའི་རང་བཞིན་གྱི་གཟུགས་ལ་སོགས་  
 པའི་སྒྲེ་མཆེད་དེ་དག་ཀྱང་རྩལ་ཕྱན་རིགས་མཐུན་རུང་བའི་ཡུལ་དུ་ལན་ཚུན་སྤང་  
 པ་ཅུང་ཡིན་པས་རྩལ་ཕྱན་ལས་མགོད་གས་པའི་རགས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་རོ་བོར་མ་གྲུབ་ལ།  
 རང་འཛིན་ཤེས་པ་བསྐྱེད་པ་ལ་སོགས་པའི་བྱ་བ་བྱེད་པའི་བྱིར། རྣམ་སུ་མ་གྲུབ་པ་ཡང་  
 མ་ཡིན་ནོ། །བྱི་རོལ་དོན་གྲུབ་ལས་ཀྱང་། རྩལ་ཕྱན་གང་རྣམས་སྤང་གྱུར་ཅིང་། །  
 རིགས་མཐུན་བྱ་བ་གཅིག་བྱེད་པ། །དེ་ཆེ་འདུས་པ་ཞེས་བརྗོད་ན། །དེ་ནི་རྣམ་



མེད་ག་ལ་ཞིག །ཞེས་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །གཡག་རྩ་བཞིན་དུ་མ་འདྲེས་པ་སིལ་  
བུར་གནས་པའི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དེ་ཉིད་དབང་པོའི་ཤེས་པས་རི་ལྟ་བུ་བཞིན་  
དུ་འཛིན་པར་བྱེད་པས་དབང་པོའི་ཤེས་པས་ནི་རྩལ་ཤར་པར་འཛིན་པར་བྱེད་པ་  
ཡིན་ལ། རྩོམ་གྱི་ངེས་པས་ནི་དབང་ཤེས་གྱི་གཟུང་བ་ལྟར་རྣམ་དབྱེ་ངེས་པར་མི་  
རྣམས་པའི་ཕྱིར་གཟུགས་སྒྲུབ་ཞེས་སོགས་སྒྲུབ་མཆེད་གྱི་ངོ་བོར་ཡོངས་སུ་གཅོད་པར་  
བྱེད་དོ། །དེའི་ཕྱིར་ཕྱི་ངོ་ལ་དོན་གྲུབ་ལས་ཀྱང་། རྣམ་པར་རྟོག་པའི་ཤེས་པ་ཡིས། །  
དེ་གཅིག་ཉིད་དུ་ངེས་བྱེད་པ། །དེ་ཕྱིར་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས། །རྣམ་པར་ཤེས་ལ་  
རྩལ་ཤར་རྣམས། །མི་སྒྲུབ་ཞེས་ནི་སྒྲུབ་གང་། །དེ་དག་ཐམས་ཅད་སྒྲུབ་པ་ཡིན། །  
ཞེས་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །ཅི་སྟེ་བསགས་པའི་གནས་སྐབས་ན་ཡང་རྩལ་ཤར་པར་གྱི་  
རང་བཞིན་ལས་མ་འདས་ན་རྩལ་ཤར་བཞིན་དུ་དེའི་ཆེ་ཡང་ཕྱོགས་དང་དབྱིབས་  
ལ་སོགས་པའི་ཆ་མེད་པར་འགྱུར་དོ། །ཞེན། མ་ཡིན་ཏེ། བསགས་པའི་ཆེ་ན་ཁ་  
དོག་ལས་དོན་གཞན་པའི་རིང་བུར་ལ་སོགས་པའི་དབྱིབས་རྩ་ས་གཞན་སྒྲུབ་པའི་  
ཕྱིར། ཤར་ལ་སོགས་པའི་ཕྱོགས་རྩ་ས་གཞན་མི་ཀྱང་། བདོག་གི་རྩལ་ལ་སོགས་པ་  
ཉི་བར་བཞོད་པའི་བྱེད་པར་ལ་ཤར་ལ་སོགས་པའི་ཕྱོགས་དེ་དང་དེར་སྒྲོས་ཉི་བར་  
འདོགས་པའི་ཕྱིར་ཞེས་སོགས་སོ། །

མདོ་སྟེ་པ་དག་ནི་རྩལ་ཤར་རྣམས་ཡུལ་རུང་བར་ཆོགས་པ་ན་སྒྲུབ་བཤད་  
པའི་ཉེས་པར་འགྱུར་པའི་ཕྱིར་པར་ཚུན་རིག་པ་ཡང་མ་ཡིན་ལ་བར་དང་བཅས་པ་  
ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། རྩལ་གཞན་འདུག་པའི་གོ་རྟོག་པས་བུམ་པ་ལ་སོགས་པས་རྩལ་

སོགས་པ་མི་བྱུང་བར་བལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བས་ན་རྡུལ་གཞན་འདུག་  
 པའི་གོ་མི་རྟེན་པའི་ཕྱིར་བར་མེད་ལ། དེ་དག་ཀུན་གྱི་རིག་ན་གོང་ནས་གོང་དུ་རྒྱས་  
 བར་མི་འགྱུར་ཞིང་། ཕྱོགས་གཅིག་གིས་རིག་ན་རྡུལ་ཕྱན་ཆ་དང་བཅས་པར་  
 འགྱུར་བས། དེའི་ཕྱིར་རྡུལ་རྣམས་ནི་མ་རིགས་ཀྱང་བར་མེད་པ་ཡུལ་འདབ་འབྱུར་  
 དུ་གནས་པ་ཞེས་བཤེད། །བསགས་པའི་གནས་སྐབས་ན་ཡང་རྡུལ་ཕྱ་རབ་གྱི་ངོ་བོ་  
 ལས་འཕྲོས་པ་མེད་ཀྱང་ཕྱོགས་དང་དབྱེ་བས་ལ་སོགས་པའི་ཆ་དང་ལྷན་པའི་བ་  
 ལྷན་འདུག་པ་ནི། །ཁ་དོག་ནི་རྡུལ་བཞོད་པའི་ཁུད་པར་ལ་ཤར་ལ་སོགས་པའི་  
 ཕྱོགས་དང་རིང་བྱུང་ལ་སོགས་པའི་དབྱེ་བས་སུ་རྣམ་པར་རྟོག་པས་སྒྲོ་བཏགས་  
 བས་དེ་དང་དེའི་བ་སྒྲན་ཏེ་བར་འདོགས་པ་ཅུང་དུ་ཟད་གྱི་དེ་དག་རྩ་ས་སུ་གྱུབ་པ་  
 ནི་མེད་དོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཕྱོགས་དང་དབྱེ་བས་དག་རྩ་ས་སུ་མ་གྱུབ་ཅེ་ན། ཅི་སྟེ་དེ་དག་  
 རྩ་ས་སུ་གྱུབ་ན་རྡུལ་ཕྱན་རེ་རེ་བ་དག་ལ་གྱུབ་པའོ། །འོན་ཏེ་དེ་དག་རྩ་ས་འདུས་  
 པ་ལ་གྱུབ། ཕྱོགས་དང་ཕོ་ནི། རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གང་རྩ་ས་གཅིག་གི་དངོས་པོ་  
 ཡིན་པ་དེ་ལ་ནི་ཕྱོགས་དང་དབྱེ་བས་ལ་སོགས་པའི་ཆ་དང་ལྷན་པ་འབྲུག་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 དཔེར་ན་ཤེས་པ་སྒྲན་ཅིག་མ་གཅིག་བཞིན་རྡུལ་ཕྱ་རབ་རེ་རེ་བ་དག་ཀྱང་རྩ་ས་  
 གཅིག་གི་རང་བཞིན་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བུ་བའི་ཁུབ་པར་བྱེད་པ་འགལ་བ་དམིགས་  
 པའོ། །གཞན་ཡང་རྡུལ་ཕྱན་རྣམས་ཕྱོགས་ལ་སོགས་པའི་ཆ་དང་ལྷན་ན་རྡུལ་ཕྱན་  
 གྱི་ངོ་བོར་མི་དུང་ངོ་ཞེས་ཀྱང་བཤད་ཟིན་ཏེ། ཕྱོགས་གཅིག་པ་ཡང་ཡང་དག་པ་མ་  
 ཡིན་ཏེ། བསགས་པའི་གནས་སྐབས་ན་ཡང་སྒྲན་གྱི་ཆ་མེད་པའི་རྡུལ་ཕྱ་རབ་གྱི་ངོ་

བོ་ལས་འཕྲོས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་ལྟར་ན་རེ་རེ་བ་དབང་གཤམ་གྱི་མི་འཛིན་པ་བཞིན་དུ་ཆོག་གས་ཀྱང་དབང་  
གཤམ་གྱི་མི་འཛིན་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། སྤར་བླ་མེད་པའི་ཆེ་རང་  
འཛིན་གཤམ་པ་སྦྱེད་པར་མི་རྣམས་པའི་རྩལ་ཕྱར་རབ་གཅིག་ཀྱང་ཕྱིས་རྒྱུན་རི་ལྟ་བ་  
བཞིན་དུ་རང་དང་རིགས་མཐུན་པའི་རྩལ་དུ་མ་དང་ཡུལ་རུང་བ་གཅིག་དུ་པམ་ཚུན་  
འདབ་འབྱུར་དུ་ཕྱད་པ་ན་རང་གི་རིགས་འདྲ་སྤྱུ་མའི་ཉེར་ལེན་དང་། རང་དང་ལྟན་  
ཅིག་པའི་རྩལ་གྱི་སྒྲིབ་ཅིག་སྤྱུ་མའི་རྒྱུན་ལས་རང་འཛིན་གཤམ་པ་བསྦྱེད་པའི་རྣམས་  
ལྟན་དུ་སྦྱེད་པས་བསགས་པའི་ཆེ་ན་ནི་རྩལ་ཕྱན་རྣམས་དབང་གཤམ་གྱིས་འཛིན་  
པར་བྱེད་ལ། རྒྱ་མེད་པའི་ཆེ་ན་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་འགལ་བ་ཅི་ཡོད། ཅི་སྟེ་རྒྱ་  
མེད་པའི་ཆེ་རྩལ་རྣམས་ཕྱོགས་དང་དབྱེ་བས་སོགས་གྱི་ཆ་དང་མི་ལྟན་ཡང་།  
རིགས་མཐུན་པའི་རྒྱ་དང་བཅས་པའི་ཆེ་རང་གི་རིགས་འདྲ་སྤྱུ་མའི་ཉེར་ལེན་དང་  
ལྟན་ཅིག་པའི་རྒྱུན་ལས་ཕྱོགས་དང་དབྱེ་བས་སོགས་གྱི་ཆ་དང་ལྟན་པར་སྦྱེ་བ་ཡང་  
ཅི་འགལ་ཞེ་ན། དེ་ནི་མ་ཚུངས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་རྩལ་ཕྱན་རྣམས་རྒྱ་མེད་  
པར་གནས་པའི་ཆེ་ཡང་རང་དང་རིགས་མཐུན་པའི་རྒྱུན་དང་ཕྱད་ན་རང་འཛིན་  
གཤམ་པ་སྦྱེད་རུང་གི་ངོ་བོར་གནས་པས་གང་གི་ཆེ་རྒྱུན་དེ་ལྟ་བུ་དང་ཕྱད་པ་དེའི་ཆེ་  
རང་འཛིན་གཤམ་པ་སྦྱེད་པའི་རྣམས་ལྟན་དུ་སྦྱེ་བ་ཡིན་ལ། རྩལ་ཕྱན་རྣམས་ནི་རྒྱ་མེད་  
པ་དང་རྒྱ་དང་བཅས་པའི་གནས་སྒྲིབས་བམས་ཅད་དུ་ཡང་རྒྱུན་གང་དང་ཕྱད་ཀྱང་  
ཕྱོགས་དང་དབྱེ་བས་ལ་སོགས་པའི་ཆ་དང་ལྟན་པར་སྦྱེ་བ་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ།



འདི་ལྟར་གང་ཞིག་ཕྱོགས་དང་དབྱིབས་ལ་སོགས་པའི་ཆ་དང་ལྡན་པ་དེ་ནི་  
གཟུགས་ཀྱི་ཆུང་བའི་མཐར་ཐུག་པ་མ་ཡིན་ལ། གང་གཟུགས་ཀྱི་ཆུང་མཐའ་མ་  
ཡིན་པ་དེ་ཡང་རྟུལ་ཕྱན་དུ་མི་རིགས་པས། ཅི་སྟེ་རྟུལ་ཕྱན་རྣམས་བསགས་པའི་  
གནས་སྐབས་ན་ཕྱོགས་ལ་སོགས་པའི་ཆ་དང་ལྡན་པར་སྟེན་རྟུལ་ཕྱན་གྱི་ངོ་བོར་  
འགྱུར་རོ། །དེ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཆོས་འགའ་ཡང་གནས་སྐབས་གང་དུ་  
ཡང་རང་གི་རང་བཞིན་འདོར་བར་མི་བྱེད་དེ། རང་བཞིན་རྒྱུན་གྱིས་བསྐྱར་བར་མི་  
རུས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཅི་སྟེ་རྟུལ་ཕྱ་རབ་རང་གི་ངོ་བོ་ཕྱོགས་ལ་སོགས་པའི་ཆ་དང་ལྡན་པར་མི་  
སྟེ་ཡང་དེ་དག་གི་རྒྱ་བྱས་པ་ལས་ཕྱོགས་སོགས་དང་ལྡན་པའི་གཟུགས་ཅན་གཞན་  
སྟེ་འོ་ཞེན། འདི་ལ་དབྱུད་པར་བྱ་སྟེ་ཕྱོགས་སོགས་ཀྱི་ཆ་དང་ལྡན་པའི་གཟུགས་  
ཅན་དེ་ཡང་རགས་པ་གཅིག་ཡིན་ནམ་འོན་ཏེ། རྟུལ་ཕྱ་རབ་དུ་མའི་རང་བཞིན་  
ཡིན། དང་པོ་ལྟར་ན། གང་ཞིག་ཕྱོགས་དང་དབྱིབས་ལ་སོགས་པའི་ཆ་དང་ལྡན་པ་  
དེ་ནི་བཞི་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་ཁང་བཟང་དང་བྱ་དུ་མ་མཚར་དུ་མར་བའི་ཕྱིར་  
བ་བཞིན་མངོན་པར་འདོད་པའི་གཟུགས་ཅན་ཡང་ཕྱོགས་དང་དབྱིབས་ལ་སོགས་  
པའི་ཆ་དང་ལྡན་པར་ཁས་སྐྱེས་སོ་ཞེས་བྱ་ནི་འགལ་བའི་བྱ་བ་བྱ་དམིགས་པའི་  
བལ་བའོ། །ཕྱོགས་གཉིས་པ་ལྟར་ན་ཡང་། རྟུལ་རེ་རེ་བ་དང་དུ་མ་ཆོགས་པའི་  
གནས་སྐབས་ཀུན་ཕྱོགས་དང་དབྱིབས་ལ་སོགས་ཀྱི་ཆ་དང་མི་ལྡན་འོ་ཞེས་སྐར་  
བཤད་ཟིན་ཏོ། །

གལ་ཏེ་རིང་ལུང་སོགས་ཀྱི་དབྱིབས་ནི་བར་བདགས་པ་ཡིན་ན་སྟེ་སེར་  
སོགས་ཁ་དོག་རྣམས་ཀྱང་ཀུན་བདགས་པར་འགྱུར་ཏེ། བསགས་པའི་གནས་  
སྐབས་ཁོ་ན་ལ་ཁ་དོག་གི་སྟོ་འབྱུང་གི་རྒྱལ་ཕྱ་རབ་ལ་ནི་ས་ཡིན་ནོ་ཞེས། དེ་ནི་ས་  
ཡིན་ཏེ། སྟེ་སེར་ལ་སོགས་ཁ་དོག་གི་རྒྱལ་དག་ནི་བླ་མེད་པའི་ཆོ་མཉམས་པ་སྦྱེད་  
པའི་རྣམ་པ་མེད་པས་སྟེ་སེར་སོགས་ཀྱི་སྟོ་མི་འབྱུང་བ་ཙམ་དུ་བྱེད་ཀྱི། དེའི་ཆོ་  
ཡར་སྟེ་སེར་སོགས་དེ་དང་དེའི་རང་བཞིན་དུ་མེད་པ་ནི་ས་ཡིན་ཏེ། གཞན་དུ་ན་དེ་  
དག་རིགས་མཐུན་པའི་རྒྱལ་གཞན་དང་ལྷན་ཅིག་ཕྱད་པ་ན་ཡར་སྟེ་སེར་སོགས་ཁ་  
དོག་གི་རང་བཞིན་དུ་རྩི་སྒྲུབ་འབྱུང་བར་འགྱུར། ཁ་དོག་དང་ལྷན་པའི་ཡན་ལག་  
ཅན་དོན་གཞན་སྟེ་བཞི་མེད་དོ་ཞེས་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

མེ་མེར་མོགས་ཁ་དོག་གི་རྩལ་དོན་ལ་གྱུབ་པ་ལྟར་རིང་བྱུང་མོགས་  
 དབྱིབས་ཀྱི་རྩལ་དོན་ལ་གྱུབ་པ་ནི་མེད་དེ། འདི་ལྟར་སྒྲིན་པོ་ལ་མོགས་པའི་རྩལ་  
 ཀྱིས་རྩམས་པའི་ཁ་དོག་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་ནི་ཁ་དོག་གཞན་དང་གཞན་ནི་སྟེང་  
 གཟིག་མཐོང་ཡང་དེ་ལ་ཁ་དོག་གི་སྒོ་འདོར་བ་ནས་ཡང་མི་སྲིད་པ་བཞིན་དུ། རིང་  
 པོའི་རྩལ་གྱིས་རྩམ་པར་འདོད་པའི་རིང་པོ་འགའ་ཞིག་དེ་ལས་གཞན་པའི་རིང་པོ་  
 འགའ་ཞིག་དང་བྱད་པ་ན་ཡང་རིང་པོའི་སྒོ་མི་འདོར་བར་རིགས་ན། དེ་ལྟར་ཡང་  
 མ་ཡིན་དེ། བྱ་བརྒྱ་མཆོར་དུ་མངར་པའི་བྲེང་བ་རིང་པོ་དེ་ཉིད་བྱའི་བྲེང་བ་བྱུང་དུ་  
 ལ་ལྟོས་ནས་རིང་པོའི་སྒོ་སྒྲེ་ཡང་བྱ་སྟོང་ལ་མོགས་པའི་བྲེང་བ་མཐོང་བ་ན་བྱུང་  
 དུའི་སྒོ་སྒྲེ་བའི་ཕྱིར་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་གར་ལ་མོགས་པའི་སྒྲིགས་དག་ལ་ཡང་རྩལ་

ཕྱན་གྱིས་རྩམས་པའི་རང་བཞིན་མེད་པར་གཤེས་པར་བྱ་སྟེ། གཟུགས་ཅན་གྱི་དངོས་  
 གོ་གཅིག་ལ་ཡང་ཡུལ་འགའ་ཞིག་ཏུ་གར་གྱི་སྒོ་སྒྲེལ་ཡུལ་གཞན་དུ་ནི་དེ་ལ་རྒྱབ་  
 ལ་སོགས་པའི་སྒྲིགས་གཞན་གྱི་སྒོ་སྒྲེལ་པར་མཐོང་བའི་བྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་སྒྲིགས་  
 དང་དབྱིབས་ལ་སོགས་པ་ནི་སྒོ་སྒྲེལ་ཆེ་བར་བརྟགས་པ་ཅུ་མ་ཡིན་གྱི། དོན་ལ་མེད་དོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་འདི་ལེགས་པར་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །ཡང་ན་རྒྱལ་ཕྱན་གྱི་རང་བཞིན་དུ་  
 གྱུར་པའི་གཟུགས་དེ་ནི་འབྱུང་བ་དང་འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་པ་གཉིས་ཡིན་ལ་དེ་ལ་བྱེ་  
 བྲག་ཏུ་སྒྲིབ་དག་ནི་ས་ལ་སོགས་པའི་འབྱུང་བ་བཞི་པོ་དག་ནི་ཕན་ཚུན་ལྷན་ཅིག་  
 འབྱུང་བའི་རྒྱ་འབྲས་ཡིན་པས་འབྲལ་མི་ཤེས་སུ་གནས་པའི་བྱིར་གོང་བུ་གང་ལ་  
 ས་ལ་སོགས་པའི་འབྱུང་བ་གང་མཛོད་སུམ་དུ་དམིགས་པ་དེ་ལ་དེ་ལས་གཞན་པའི་  
 འབྱུང་བ་དག་གྱུར་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ཡོད་དེ། རྒྱལ་ཡང་གིང་འདེགས་པ་  
 དང་པད་མ་རྒྱས་པ་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་བ་གཞན་གྱི་ལས་དམིགས་གིང་། མི་ལ་  
 ཡང་མི་ལྟེ་འདུས་པ་དང་འདེགས་པ་དང་གཡོ་བ་ལ་སོགས་པ་རྒྱ་དང་ས་ལ་སོགས་  
 པའི་ལས་དམིགས་པའི་བྱིར་རོ། །དེའི་བྱིར་འདོད་པའི་ཁམས་ན་དབང་པོ་མེད་པའི་  
 གོང་བུ་གང་ལ་སྒྲིབ་མེད་པ་དེ་ལ་ནི་འབྱུང་བ་བཞི་དང་འབྱུང་འགྱུར་བཞིའི་རྩ་ས་  
 དབྱེར་མེད་དུ་ཡོད་ལ། གང་ལ་ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་དང་དབང་པོ་གཞན་དང་ལྷན་པ་  
 དེ་དག་ལ་ནི་དེ་དང་དེའི་རྩ་ས་བསྐྱུན་པས་རྩ་ས་དགའ་མ་བཅུ་ཡིན་ལ། གང་ཞིག་སྒྲིབ་  
 དང་བཅས་པ་དེ་ལ་ནི་དེའི་རྩ་ས་གྱུར་བསྐྱུན་པར་བྱའོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །

ཇི་སྐད་དུ་མཛོད་ལས། འདོད་ན་དབང་པོ་མེད་པ་དང་། །སྒྲིབ་མེད་ཕྱ་རབ་



རྒྱལ་རྒྱས་བརྒྱད། །ལུས་དབང་ལྷན་ལ་རྒྱས་བཀུ་སྟེ། །དབང་པོ་གཞན་ལྷན་རྒྱས་  
བུམ་འདོད། །ཅེས་བཤད་བ་ཡིན་ནོ། །མདོ་སྟེ་བ་དག་ནི་འབྱུང་བ་གང་ཞིག་གང་  
ལ་དམིགས་པ་དེ་ལ་དེ་ཉིད་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་མེད་ཀྱི་དེ་ལས་གཞན་པའི་  
འབྱུང་བ་དག་ནི་རྣམས་པའི་ཚུལ་ཀྱིས་གནས་ཀྱི་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་སྤྱི་ཡོད་ཏེ།  
མདོ་ལས་ཤིང་གི་ལུང་པོ་འདི་ལ་བམས་རྣམ་པར་སྒྲ་ཚོགས་ཡོད་ཅེས་གསུངས་པའི་  
ཕྱིར་ཞེས་འདོད་དེ། ཡང་འབྱུང་བ་དང་འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་བ་དག་ལ་ཁྱད་པར་ནི་  
ཅི་ཞིག་དམིགས་གང་གིས་ན་སྤྱི་ལ་སོགས་པ་དག་ལ་ནི་འབྱུང་བ་ཞེས་བྱ་ལ།  
གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དག་ལ་ནི་འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་བ་ཞེས་བརྗོད་ཅི་ན། གང་  
ཞིག་གཟུགས་ཅན་གྱི་འབྲས་བུའི་ཀུན་གྱི་བྱུང་ཁུངས་སུ་གྱུར་པ་དེ་ལ་ནི་འབྱུང་བ་  
ཞེས་བརྗོད་དོ། །དཔེར་ན་གསེར་ལ་སོགས་པའི་འབྱུང་ཁུངས་བཞིན་ནོ། །

གང་ཞིག་སྟེ་བ་དང་གནས་པ་དང་རྣམ་པར་འབྱུང་བ་བམས་ཅད་འབྱུང་བ་  
ལ་རྣམ་པ་ཀུན་དུ་རག་ལས་པ་དེ་དག་ནི་འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་བ་ཞེས་བརྗོད་དོ། །  
དེའི་ཕྱིར་སྤྱི་ལ་སོགས་པ་བཞི་ལ་ནི་འབྱུང་བ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་དག་ནི་འབྲས་བུའི་  
གཟུགས་ཀུན་གྱི་འབྱུང་ཁུངས་སུ་གྱུར་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཡང་ཅི་ཞེ་ན། རྟེན་པ་དང་  
སྤྱད་པ་དང་སྒྲིན་པ་དང་བསྐྱོད་པའི་བྱ་བ་བཞི་ལས་གང་ཡང་བྱུང་བ་དང་མི་ལྷན་  
པར་ས་བོན་ལས་སུ་གྱུ་དྲུང་དེ་ལས་སྟོང་བྱུང་བ་ལོ་ས་དང་མེ་ཏོག་དང་འབྲས་བུ་ལ་  
སོགས་པ་འབྱུང་བ་མི་འབྲད་པའི་ཕྱིར་དང་། རྟེན་པ་ལ་སོགས་པ་ཡང་སྤྱི་ལ་སོགས་  
པ་ལ་མི་འབྱུལ་བའི་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཟུགས་སྒྲུ་ལ་སོགས་པ་དག་ནི་སྟེ་

བ་དང་གནས་པ་དང་ཉམས་པ་དང་འཕེལ་བ་ལ་སོགས་པ་ས་ལ་སོགས་པའི་འབྱུང་  
 བ་དག་ལ་རྟེན་པའི་ཕྱིར་འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་པ་ཞེས་བུའོ། །ཅི་སྟེ་ས་ལ་སོགས་པའི་  
 འབྱུང་བ་རྣམས་གྱུར་རང་དང་ཆོགས་པ་གཅིག་པའི་འབྱུང་བ་གཞན་མེད་ན་མི་  
 འབྱུང་ཞིང་དེ་དག་འགྱུར་ན་ཡང་རྣམ་པར་འགྱུར་པའི་ཕྱིར་རྣམ་པ་བཅས་ཅད་དུ་  
 འབྱུང་བ་ལ་རྟེན་པ་ས་ཡིན་ནམ་ངེ་ལྟར་ན་འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་པ་ས་ཡིན་ཞེས། དེ་  
 བོ་ས་ཡིན་ཏེ་འདི་ལྟར་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་འབྲས་བུའི་གཟུགས་རྣམས་ཐོག་མར་  
 གླེ་བ་ན་ཡང་འབྱུང་བ་གཞན་གྱི་རྒྱ་ལ་སྟོན་གིང་བར་དུ་ཉམས་པ་དང་འཕེལ་བ་  
 ཡང་རང་ལས་གཞན་པའི་འབྱུང་བ་ཉམས་པ་དང་འཕེལ་བ་ལ་སྟོན་པ་ལྟར་འབྱུང་  
 བ་དག་ནི་རང་ལས་དོན་གཞན་པའི་འབྱུང་བ་གཞན་ཉམས་པ་དང་འཕེལ་བ་ལ་  
 སྟོན་པ་ས་ཡིན་ཏེ། གཞན་དུ་ན་འབྱུང་པའི་རིགས་མི་འདྲ་བ་བྱུག་པ་མེད་པར་བཤལ་  
 བར་འགྱུར་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་བས་ན་ས་ལ་སོགས་པའི་འབྱུང་བ་རྣམས་ནི་རང་རང་གི་རིགས་འདྲ་སྟེ་  
 མ་ཅུམ་གྱི་རྒྱ་ལས་འབྱུང་གི་འབྱུང་བ་བཞི་རྒྱར་བྱས་པ་ལས་བྱུར་བ་ས་ཡིན་ནོ། །  
 གཟུགས་སྒྲ་ལ་སོགས་པ་འབྲས་བུའི་གཟུགས་རྣམས་རིགས་འདྲ་སྟེ་མེད་གསར་  
 དུ་གླེ་བ་ནི་འབྱུང་བ་བཞི་ཡིས་སྐལ་མཉམ་གྱི་རྒྱ་བྱས་པ་ལས་གླེ་བ་ཡིན་ལ་གྲུབ་  
 ཟིན་རྒྱུན་གནས་པ་དག་གི་སྐལ་མཉམ་གྱི་རྒྱ་ནི་རིགས་འདྲ་སྟེ་མ་ཡིན་ལ་འབྱུང་བ་  
 རྣམས་ནི་ཉམས་པ་དང་འཕེལ་བའི་རྟེན་ཅུམ་དུ་ཟད་དོ། །དེའི་ཕྱིར་མདོ་ལས་གྱུར་།  
 གཟུགས་གང་ཞེས། འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་བཞི་དག་རྒྱར་བྱས་པ་ཞེས་གསུངས་སོ་སྟུམ་

དུ་སེམས་སོ། །གལ་ཏེ་འབྱུང་འགྱུར་གྱི་གཟུགས་རྣམས་ཀྱི་ཉི་ཐར་ལེན་པའི་རྒྱ་  
འབྱུང་བ་ཙམ་དུ་ཟད་ན་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་རྣམས་  
བཟང་པོ་དང་རན་པའི་རང་བཞིན་དུ་སྒྲེ་བ་མི་འབྲད་པར་འགྱུར་ཏེ། ཀུན་གྱི་  
འབྱུང་བ་བཞིའི་ཉི་ཐར་ལེན་པ་ལས་བྱུང་བར་མཆུངས་པའི་ཕྱིར་བཟང་རན་དུ་སྒྲེད་  
པའི་རྒྱའི་བྱད་པར་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །མ་ངེས་པ་མིན་ཏེ། འབྲས་བུའི་བྱད་པར་ག་  
དད་པ་ནི་རྒྱའི་བྱད་པར་ག་དད་པ་ལས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བས་ན་བདེ་འགྲོ་དང་  
རན་འགྲོའི་སྒྲེ་བ་བྱད་པར་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་དག་གི་མིག་ལ་སོགས་པའི་སྒྲེ་  
མཆེད་ལ་བཟང་རན་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། དཔེར་ན་རྒྱ་སྤོང་བལ་གྱི་དོག་པ་ལ་  
བཟང་རན་གྱི་བྱད་པར་མེད་ཀྱང་ཐགས་དང་སྒྲུན་མི་འདྲ་བའི་བྱད་པར་ལས་  
འབྲས་བུ་རས་ཡུག་བཟང་པོ་དང་རན་པར་འགྱུར་བ་བཞིན་དུ། རྒྱ་འབྱུང་བ་  
མཆུངས་ཀྱང་བདག་པོའི་རྒྱུན་བསོད་ནམས་དང་བསོད་ནམས་མ་ཡིན་པའི་ལས་  
གྱི་དབང་གིས་བདེ་འགྲོ་དང་རན་འགྲོའི་དབང་པོ་བཟང་རན་ག་དད་པར་འགྱུར་བ་  
ཡིན་ཏེ། རི་སྐད་དུ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། ལས་རྣམས་བདག་པོ་མ་ཡིན་ན། །དེར་  
ཡང་རྟུན་པ་མཆུངས་པ་ཡིན། །ཞེས་གང་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

བདེ་འགྲོ་དང་རན་འགྲོའི་མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་རྣམས་ཀྱང་ཉིར་  
ལེན་འབྱུང་བ་མཆུངས་པའི་ཕྱིར་གཟུགས་ཅན་དུ་རིགས་གཅིག་པས་རིགས་ཐ་དད་  
པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་ཉིར་ལེན་གྱི་རྒྱ་མི་འདྲ་བ་ལས་ནི་རིགས་ཐ་དད་པར་  
འགྱུར་ལ། རིགས་གཅིག་ཀྱང་ལྟན་ཅིག་བྱེད་རྒྱུན་གྱི་བྱད་པར་ལས་ནི་བཟང་རན་



དུ་འགྱུར་རོ། །ཞེས་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་པོ་ཉིད་མེད་པར་སྒྲིབ་དང་རྣམ་རིག་  
 ཅམ་དུ་སྒྲིབ་པ་དེ་དག་ནི། དེ་བཞིན་གསེགས་པས་གཟུགས་སོགས་དོན་གྱི་རྣམས་  
 བཞག་མཛད་པ་ནི། དགོས་པའི་དབང་གིས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་དྲང་བའི་དོན་ཡིན་  
 གྱི་ངེས་པའི་དོན་མ་ཡིན་པར་བཞེད་དེ། ཇི་སྐད་རིགས་པ་དུག་ཅུ་པ་ལས། དགོས་  
 པའི་དབང་གིས་རྒྱལ་བ་རྣམས། །ར་དང་རའི་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། །ལུང་པོའི་  
 །ཁམས་དང་སྒྲེ་མཆེད་རྣམས། །དེ་བཞིན་དགོས་པའི་དབང་གིས་གསུངས། །ཞེས་  
 དང་ཉི་ཤུ་པར་ཡང་། གཟུགས་སོགས་སྒྲེ་མཆེད་ཡོད་པར་ནི། །དེ་ཡིས་འདུལ་བའི་  
 སྒྲེ་བོ་ལ། །དགོངས་པའི་དབང་གིས་གསུངས་པ་སྒྲེ། །བརྟུ་ས་ཏེ་འབྱུང་བའི་སེམས་  
 ཅན་བཞིན། ཞེས་དང་། རྣམ་འགྲེལ་ལས། དེས་དེ་ཉིད་དོན་བཏང་སྒྲོམས་ཅན། །  
 གྲུང་ཆེན་གཟིགས་སྒྲུངས་ཉིད་མཛད་ནས། །འཇིག་རྟེན་གྲུགས་ནི་འབའ་ཞིག་གིས། །  
 ཕྱི་རོལ་སྒྲོད་ལ་འདུག་པར་མཛད། །ཅེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཟུགས་སོགས་  
 དོན་རྣམས་དགོས་པའི་དབང་གིས་གསུངས་གྱི་ཡང་དག་པར་མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་  
 འདི་གང་ལས་ཤེས་ཞེ་ན། རིགས་པ་དང་ལུང་ལས་ཏེ་འདི་ལྟར་དབུ་མ་པ་དག་ནི།  
 རིགས་པ་དུག་ཅུ་པ་ལས་འབྱུང་བ་ཆེ་བ་ལ་སོགས་བཤད་པ། རྣམ་པར་ཤེས་སུ་ཡང་  
 དག་འདྲ། །དེ་ཤེས་པས་ནི་འབྲལ་འགྱུར་བ། །ལོག་པར་རྣམ་རྟགས་མ་ཡིན་ནམ། །  
 ཞེས་སོགས་གྱི་རིགས་པ་དང་། ཡང་དེ་ཉིད་ལས། ལྷ་རན་འདས་པ་བདེན་གཅིག་སོ། །  
 རྒྱལ་བ་རྣམས་གྱིས་གང་གསུངས་པ། །དེ་ཆེ་ལྷག་མ་ལོག་མིན་ཞེས། །མཁས་པ་སུ་  
 ཞིག་རྟོག་མི་བྱེད། །ཅེས་པའི་ལུང་ལས། གཟུགས་སོགས་དོན་རྣམས་ཡང་དག་

པར་གྲུབ་པ་འགོག་པར་བྱེད་དོ། །

རྣམ་རིག་པ་རྣམས་ཀྱང་། ཉི་ཤུ་པ་ལས། རྒྱལ་གི་གཅིག་ཅེས་སྒྲུབ་པ་ན། །  
 བྲ་རབ་རྒྱལ་ཆ་རྒྱལ་དུ་འགྱུར། ། རྒྱལ་པོ་དག་ཀྱང་གོ་གཅིག་ན། །གོར་བུ་འར་རྒྱལ་  
 བྲན་ཅམ་དུ་འགྱུར། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་རིགས་པ་དང་། ས་བརྩུ་པའི་མདོ་ལས་ཀྱི་  
 རྒྱལ་པའི་སྤྲས་རྣམས་ཁམས་གསུམ་པོ་འདི་དག་ནི་སེམས་ཅམ་མོ་ཞེས་པ་དང་།  
 ལང་ག་ཤེགས་ལས། དོན་ཡོད་མ་ཡིན་སེམས་ཉིད་དེ། བྱི་རོལ་དོན་མཐོང་ལོག་པ་  
 ཡིན། །བག་ཆགས་ཀྱིས་ནི་དགྲུག་པའི་སེམས། །དོན་དུ་སྒྲུབ་པ་རབ་དུ་སྒྱེ། །ཞེས་  
 སོགས་ལུང་གིས་དོན་ཡང་དག་པར་གྲུབ་པ་འགོག་པར་བྱེད་དོ། །ཡང་དག་པར་མ་  
 གྲུབ་པའི་གཟུགས་སོགས་ཀྱི་རྣམ་བཞག་མཛད་པ་གང་ཡིན་པས་ནི་གདུལ་བྱ་  
 རྣམས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་བདུད་རྩི་ལ་རིམ་གྱིས་བྱང་བའི་བྱིར་ཡིན་ཏེ། གཞན་དུ་ན་  
 ཐོག་མར་ཆོས་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བསྟན་ན་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་བསྟན་པ་ལ་  
 གཡང་སར་འདུ་ཤེས་པས་སྒྲོང་བར་འགྱུར་བའི་བྱིར་རོ། །དེའི་བྱིར་ཐོག་མར་  
 འཇིག་རྟེན་ལ་གྲགས་པའི་གཟུགས་སོགས་ཀྱི་དོན་རྣམས་ཇི་ལྟར་སྒྲུབ་པ་ལྟར་རྣམ་  
 པར་བཞག་པ་མཛད་ཅིང་། དེའི་འོག་དུ་དེ་དག་སྒྱེ་བ་དང་འཇིག་པའི་ཚུལ་ཡང་  
 ལྟོན་པར་མཛད་དོ། །དེ་ལྟར་བསྟན་པས་གང་གི་ཆོད་ཀྱང་བ་བརྒྱ་ཕྱག་དུ་མས་སྒྲུབ་  
 པར་བྱ་བའི་སྤྱིད་པའི་ལུས་དང་ལོངས་སྒྱུད་ལ་སོགས་པ་ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་  
 འདུ་བྱེད་རྣམས་ལ་སྤྱུ་གྱིའི་སོ་ལ་ཆགས་པའི་སྒྲུབ་རྩི་ལྟར་གཞོག་ཆུང་ཞིང་ཉེས་  
 དམིགས་ཆེ་བར་མཐོང་བ་དེའི་ཆོ། ཡང་དག་པའི་སྒྲོད་དུ་བྱང་བས་སྒྲོང་བ་ཉིད་ཀྱི་

ཚོས་ཀྱི་ཚུལ་སྟོན་པར་མཛད་དོ། །དེ་སྐད་དུ་ཡང་། རིགས་པ་བཅུ་པར་དེ་ཉིད་ཚོལ་  
ལ་ཐོག་མར་ནི། །ཐམས་ཅད་ཡོད་ཅིས་བརྗོད་པར་བྱ། །དོན་རྣམས་ཤེས་ཤིང་  
ཆགས་མེད་གང་། །སྤྱི་མོ་རྣམ་པར་དབེན་པའོ། །ཞེས་དང་། འཕགས་པ་ལྷན་གྱིང་།  
གང་ཞིག་གང་གང་ལ་དགའ་བ། །དེའི་སྟོན་དུ་དེ་དབྱེད་བྱ། །ཉམས་པར་གྱུར་པ་དམ་  
ཚོས་ཀྱི། །སྟོན་མོ་ཅིས་གྱུར་མ་ཡིན་ཅོ། །ཞེས་གང་གསུངས་པ་ཡིན་ཅོ། །

དེ་ལྟར་ན་དབུ་མ་པ་དག་ནི་ཁ་ཅིག་འཛིན་ཏེན་ན་ཇི་ལྟར་གྲགས་པ་དང་  
རྗེས་སུ་མཐུན་པར་དོན་རྣམས་པར་འཛོག་པར་བྱེད་ལ་དེ་དག་དང་གཞུང་འདིའི་  
གཟུགས་ཀྱིས་རྣམ་བཞག་ནི་མི་མཐུན་ང་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བར་སེམས་སོ། །ཁ་རང་  
རྒྱུད་པ་ཅིག་ནི་མདོ་སྡེ་པ་ལ་སོགས་པའི་གྲུབ་མཐའ་སྡེ་བ་དག་དང་མཐུན་པར་སྡེ་  
བར་བྱེད་དོ། །རྣམ་རིག་པ་དག་ལ་ཡང་ཕྱོགས་གཉིས་མཐོང་སྟེ། འདི་ལྟར་རིགས་  
པའི་དབང་ལྷག་རྣམ་པ་གཉིས་ནི་རང་དང་གཞན་གྱི་སྟེ་པ་དོན་དུ་སྡེ་བ་དག་རྣམ་  
པར་རིག་པ་ཅོམ་གྱི་ཚུལ་ལ་རིམ་གྱིས་གཞུག་པར་བཞེད་ནས་གཞུང་གི་ཆ་འགར་  
དོན་བདེན་པར་གྲུབ་པའི་རྣམ་བཞག་མཛད་ཅིང་། དེ་ཡང་མདོ་སྡེ་པ་དག་དང་རྗེས་  
སུ་མཐུན་པ་ཡིན་ཏེ། དཔལ་ལྷན་ཚོས་ཀྱི་གྲགས་པས། གལ་ཏེ་ཕྱི་རོལ་སྟོན་ལ་  
འདུག་པ་ན། །ཁོ་བོ་མདོ་སྡེའི་སྐས་ལ་རྣམ་པར་བརྟེན། །ཅིས་གསུངས་པར་མཁས་  
པ་དག་ལ་གྲགས་སོ། །

དེ་ལྟར་མདོ་སྡེ་པའི་ལུགས་དང་མཐུན་པར་དོན་དང་དེ་འཛིན་པའི་ཤེས་  
པའི་རྣམ་པར་བཞག་པ་བསྟན་པས། གཞན་དག་གིས་བདག་དང་གཙོ་བོ་དང་ཡན་



ལག་ཅན་ལ་སོགས་པ་ཀུན་བརྟགས་པའི་དོན་རྣམས་མེད་ཀྱི། འོན་ཀྱང་དོན་  
 རྣམས་ཀྱང་རྟུལ་ཕྱ་རབ་བསགས་པའི་ངོ་བོ་དང་སྒྲོ་དག་ཀྱང་ཡུལ་གྱི་རྣམ་པ་དང་  
 བཅས་པར་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པ་དེའི་ཆོ། ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་པ་བསྟན་པར་བཞེད་ནས།  
 ཇི་ལྟ་ཇི་ལྟར་དོན་བསམ་པ། །དེ་ལྟ་དེ་ལྟར་རྣམ་བུལ་ཞེས། །མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་  
 གང་གསུངས་པ། །དེ་ནི་དངོས་སྟོབས་འོངས་པ་ཡིན། །ཞེས་དང་། གང་གིས་  
 དངོས་པོ་རྣམ་དབྱེད་ན། །དེ་ཉིད་དུ་ན་དེ་དངོས་མེད། །གང་གི་ཕྱིར་ན་དེ་དག་ལ། །  
 གཅིག་དང་དུ་མའི་རང་བཞིན་མེད། །ཅེས་པ་ལ་སོགས་པས་ཕྱིའི་དོན་དང་བཟུང་  
 འཛིན་དག་ཡང་དག་པར་གྱུབ་པ་འགོག་པར་མཛད་དོ། །དེ་ལྟར་ན་གཟུགས་ལ་  
 སོགས་པའི་དོན་དང་བཟུང་བ་དང་འཛིན་པ་རྣམས་མཁས་པ་ནས་བྱིས་པའི་བར་དུ་  
 སྟོན་མི་ནུས་པར་གྲགས་པ་ལ་ཇི་ལྟར་བཀུར་པ་གདབ་སྟོམ་པ་ལ། ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་  
 བདེན་པ་རྣམ་པར་བཞག་པའི་ཕྱིར། མ་རིག་པས་བསྐྱེད་པ་རྣམས་ལ་བཟུང་འཛིན་  
 སོགས་ཇི་ལྟར་སྒྲུབ་པ་ལ་ཏེན་ནས་བཟུང་འཛིན་སོགས་ཀྱི་རྣམ་བཞག་མཛད་པ་ནི།  
 ཇི་སྐད་དུ། རིག་བྱ་རིག་བྱེད་རྣམ་པ་མེད། །སྒྲ་སོགས་ཤེས་པའི་བྱ་དང་བཞིན། །  
 གང་ཆེ་བཟུང་འཛིན་རྣམ་ཕྱེ་བས། །མཆོན་ཉིད་རྣམས་པར་བསྐྱེད་པ་ཅན། །ཇི་ལྟར་  
 འབྲུལ་པས་མགོང་གྱུར་པ། །དེ་ལྟར་འདི་རྣམས་བཞག་བྱས་པ། །དེ་ཆེ་བཟུང་དང་  
 འཛིན་པ་ཡི། །མཆོན་ཉིད་ལ་ནི་བརྟུན་བྱ་མིན། །ཞེས་དང་། བཟུང་དང་འཛིན་པ་  
 རིག་པ་དག །ཡོད་པ་མིན་ཡང་གཞལ་བྱ་དང་། །འཇལ་བྱེད་འབྲས་བུར་གནས་པ་  
 འདི། །ཇི་ལྟར་རྗེས་སུ་སྒྲུབ་བཞིན་བྱས། །ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་

དཔལ་ལྷན་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པ་ནི་དོན་གྱི་ཚུལ་རྣམ་པ་གཉིས་འཛོག་པར་མཛད་དོ། །  
དེ་ལ་གཅིག་ནི་དོན་རྫས་གྲུབ་པའི་ལུགས་ལ་དེན་ནས་སོ། །

གཉིས་པ་ནི་གཟུགས་སོགས་དོན་རྣམས་རྫས་སུ་མེད་པར་བ་སྟེན་ཅམ་དུ་  
ཁས་ལེན་པའི་ཕྱོགས་ལ་དེན་ནས་སོ། །དང་པོ་ནི་གཞན་གཞུག་པའི་བྲགས་ཅམ་དུ་  
ཁས་བྱུངས་པའི་རྣམ་བཞག་ཡིན་གྱི་རང་ལ་འབྲད་པའི་ཕྱོགས་མ་ཡིན་ལ། གཉིས་  
པ་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པ་རྣམ་པར་བཞག་པའི་ཕྱིར་བསྟན་པ་ཡིན་པས་རང་གི་  
འབྲད་པའི་ཕྱོགས་ཡིན་ནོ། །གཞན་དུ་ན་རྣམ་བཞག་དེ་དག་འགལ་བའི་ཕྱིར་རང་  
གི་གཞུང་རྣམས་སུ་འགལ་བ་ཁས་ལེན་དགོས་པར་འགྱུར་རོ། །འཕགས་པ་ཐོགས་  
མེད་ནི་གཞན་གྱི་དོར་ཡང་ཕྱིར་དོན་རྫས་སུ་གྲུབ་པར་རྣམ་པར་མི་འཛོག་གི་འོན་  
ཀྱང་མ་རིག་པའི་རྗེས་སུ་འགོ་བའི་བྱིས་པ་དག་ལ་འབྱུང་བ་དང་འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་  
པའི་གཟུགས་སོགས་སྒྲུང་ཞིང་གྲགས་པ་ལ་དེན་ནས་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པ་རྣམ་  
པར་བཞག་པའི་ཕྱིར། གཞུང་འདི་དང་རྣལ་འབྱོར་སྟོན་པའི་ས་ལ་སོགས་པར་  
གཟུགས་ཀྱི་ཕུང་པོའི་རྣམ་པར་བཞག་པ་རྒྱས་པར་མཛད་དོ། །དེ་པོར་པལ་ཆེ་བ་ནས་བུ་  
སྟོན་ཡན་ཆད་ལ་ཁ་ཅིག་ །དོན་གསར་རྣམ་པར་བཤད་པར་རྣལ་འབྱོར་སྟོན་པའི་ས་ནི་  
ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པ་བྱམ་མོང་དང་བྱམ་མོངས་མ་ཡིན་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་  
བཤད་ལ། ཅིས་པའི་དོན་དུ་བསམས་ནས་གཞུང་འདིའི་གཟུགས་ཀྱི་ཕུང་པོ་ལ་  
སོགས་པའི་རྣམ་པར་བཞག་པ་པལ་ཆེར་བ་དག་མདོ་སྟེ་པའི་ལུགས་རྣམ་པར་  
བཞག་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་བ་ནི་འབྲད་པར་ས་མཐོང་སྟེ། གཞུང་འདི་དང་རྣལ་

འབྱོར་སྒྲོད་པའི་སར་གཟུགས་རྩལ་སྤྱུ་གྲུབ་པ་བཀག་ཅིང་གཟུགས་སྒྲ་སོགས་ཀྱི་  
དོན་རྣམས་རྟུལ་ཕྱུར་གྱིས་བརྟམས་པ་ཡང་བཀག་ལ། རྟུལ་ཕྱ་རབ་སྒྲོས་བཀོད་པ་  
ཅམ་ལས་རྩལ་སྤྱུ་མེད་པ་དང་། རིང་བྱང་ལ་སོགས་པའི་དབྱིབས་མིག་ཤེས་ཀྱི་  
ཡུལ་ཡིན་པ་དང་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཚོགས་བརྒྱད་དུ་རྣམ་པར་བཞག་པ་གང་ཡིན་  
པ་དང་། མདོ་སྤེལ་གང་དག་རྟུལ་ཕྱ་རབ་དང་དེས་བསགས་པའི་གཟུགས་སོགས་  
རྩལ་སྤྱུ་གྲུབ་པ་དང་། དབྱིབས་དག་ནི་སྒྲོས་ཀྱི་བརྟགས་པ་ཅམ་ཡིན་པས་དབང་  
པོའི་སྒྲོད་ཡུལ་མ་ཡིན་ལ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡང་ཚོགས་དྲུག་ཁོ་ནར་རྣམ་པར་འཛོག་  
པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་རྣམ་བཞག་མཐུན་པའི་གོ་སྐབས་ག་ལ་ཡོད། དོན་གསར་དུ་  
བཤད་པ་ནི་རྟུལ་འབྱོར་སྒྲོད་པའི་ས་ལ་སོགས་པ་རིགས་ཅན་གསུམ་ཀའི་ལམ་  
སྟོན་པ་དག་ནི་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པ་དང་ཐེག་པ་བྱུན་མོང་པའི་གཞུང་ཡིན་ལ་ཐེག་  
པ་ཆེན་པོ་སྤྱུས་པ་ནི་བྱང་སེམས་ཁོ་ནའི་ལམ་སྟོན་པའི་བྱིར་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་གཞུང་  
བྱུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཡིན་ཅོ་ཞེས་བསྟན་པ་ཡིན་ཅོ། །དེའི་བྱིར་ཐེག་པ་དང་གྲུབ་མཐའ་  
མ་བྱེད་པར་དེ་སྐད་སྒྲས་པས་ནི་ཁོ་པོ་ཅག་ལ་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་མདོན་པའི་གཞུང་  
ལུགས་ཀྱི་མཚོ་ལྟ་བུའི་དགོངས་དོན་བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་འཆད་པའི་སྒྲོ་བློས་ཀྱི་རྣམ་  
པ་ཡོད་རེ་ཀན་ཅེས་རང་གི་མཚང་གསལ་བར་སྒྲོག་པའི་མནའ་བོར་བ་ཡིན་ཅོ། །

དེ་ལྟར་ན་རྣམ་རིག་དུ་སྒྲུབ་དག་གི་བྱོགས་ལ་གཟུགས་རྣམ་པ་གསུམ་སྟེ།  
ཀྱན་བརྟགས་པའི་གཟུགས་རྣམ་པར་བརྟགས་པའི་གཟུགས་ཡོངས་སྤྱུ་གྲུབ་པའི་  
གཟུགས་སོ། །དང་པོ་ནི་བྱིས་པ་རྣམས་ཀྱི་སྒྲོ་ལ་གཟུགས་ཅན་དུ་སྒྲུབ་པ་དང་སྒྲུབ་



བ་ལྟར་སྒོས་གཟུགས་གཟུགས་ཅན་དུ་ཀུན་བརྟགས་གང་ཡིན་པའོ། །གཉིས་པ་ནི་  
 དེ་ལྟར་སྒྲར་བའི་སྒོ་ཡང་དག་པ་ས་ཡིན་པའི་ཀུན་དུ་རྟོགས་པས་སྒྲུས་པ་དག་པ་  
 འཛིག་རྟོན་པའི་ཡུལ་ལོ། །གསུམ་པ་ནི་རྣམས་བརྟགས་ཀྱི་གཟུགས་ཀུན་བརྟགས་  
 ཀྱིས་སྒྲོང་པའི་ཚོས་ཉིད་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཡུལ་ལོ། །དེའི་ཕྱིར་  
 གཞུང་འདི་དང་རྣལ་འབྱོར་སྦྱོང་པའི་པར་གཟུགས་ཀྱི་ཕུང་པོ་རྣམ་པར་བཞག་པ་  
 གང་ཡིན་པ་ནི་ཀུན་བརྟགས་པའི་གཟུགས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་པར་རིག་པར་བྱའོ། །  
 དེ་ལ་ཀུན་བརྟགས་པའི་གཟུགས་དེ་ནི་རྩལ་སྤྲ་རབ་དང་། རགས་པ་གཉིས་ཡིན་ལ།  
 དང་པོ་ནི་གཟུགས་ཅན་རགས་པར་སྒྲར་བ་རྣམས་སྒོས་རྣམ་པར་སྤྱོད་ནས་ཆུང་བའི་  
 མཐར་བུག་པར་བཞག་པ་ཅུ་ཡིན་ཀྱི་རྩལ་སྤྲ་བྱུང་པ་ནི་མེད་དོ། །རི་སྒྲོང་དུ་རྣལ་  
 འབྱོར་སྦྱོང་པའི་སར། རྩལ་སྤྲ་རབ་སྒོས་ཆོད་ཀྱི་མཐའ་ཡོངས་སུ་བཅད་པ་ལས་  
 འདོགས་པར་ཟད་དོ། །ཅེས་དང་། གཏན་ལ་དབབ་པར་སྒྲུབ་པ་ཡང་། རྩལ་སྤྲ་  
 རབ་ཀྱི་ངོ་པོ་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བཅད་དེ་རྣམ་པར་བཞག་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །རྩལ་སྤྲ་རབ་དེ་ཡང་རྣམ་པ་གཉིས། གཅིག་ནི་རགས་པ་  
 སྒོས་སྤྱོད་ནས་རྣམ་པར་བཞག་པ་ཡིན་ལ། གཉིས་པ་ནི་རྩལ་སྤྲ་རབ་ཅེས་  
 བྱའོ། །དང་པོའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་གཏན་ལ་དབབ་པ་བསྒྲུབ་པ། གཟུགས་འབྲི་  
 བའི་མཐའ་སྒོས་ཡོངས་སུ་བཅད་པ་ལས་རྩལ་སྤྲ་རབ་རྣམ་པར་བཞག་པར་ཟད་ཀྱི།  
 ལུས་གཟུགས་ལས་ནི་ས་ཡིན་དེ། དེའི་ཕྱིར་རྩལ་སྤྲ་རབ་སྦྱེ་བར་ཡང་མི་འགྱུར་  
 འགག་པར་ཡང་མི་འགྱུར་ལ། རྩལ་སྤྲ་རབ་བསག་པ་གཟུགས་འདུས་པ་ཡང་ས་

ཡིན་ནོ། ཞེས་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན་ཡང་དེ་ཉིད་ལས། དེ་ལ་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་  
རྣམ་པར་བཞག་པ་ལས་ནི་མིག་ལ་སོགས་པ་དབང་པོའི་རྣལ་ལྷན་རབ་རྣམ་པ་ལྟ་  
དང་། གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཡུལ་གྱི་རྣལ་ལྷན་རབ་རྣམ་པ་ལྟ་དང་། ས་ལ་སོགས་པ་  
འབྱུང་བ་བཞིའི་རྣལ་ལྷན་རབ་རྣམ་པ་བཞི་དང་། ཆོས་ཀྱི་སྒྲེ་མཆེད་པར་གཏོགས་  
པའི་གཟུགས་རྩ་ས་སུ་ཡོད་པའི་རྣལ་ལྷན་རབ་གཅིག་གོ། ཅེས་བཤད་དོ། །ཡང་དེ་  
ཉིད་ལས། དང་པོའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་རྣལ་ལྷན་རབ་རྩ་ས་སུ་ཡོད་པར་སེམས་པ་ལ་  
ཉིས་དམིགས་རྣམ་པ་ལྟ་དང་། རྣལ་ལྷན་རབ་བཏགས་པ་ཙམ་དུ་རྣམ་པར་བཞག་པ་  
ལ་ཕན་ཡོན་རྣམ་པ་ལྟ་ཡང་བཤད་དེ། འདི་ལྟར། གཟུགས་འདུས་པ་ལ་རྣལ་ལྷན་  
རབ་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་གནས་པར་སེམས་པ་དང་། རྣལ་ལྷན་རབ་སྒྲེ་བ་དང་  
འགག་པར་སེམས་པ་དང་། རྣལ་ལྷན་རབ་གཞན་དང་སྤང་བ་དང་འབྲལ་བར་  
སེམས་པ་དང་། གཟུགས་འདུས་པ་རྣམས་རྣལ་ལྷན་རབ་བསགས་པའི་གནས་  
སྐབས་ཙམ་དུ་སེམས་པ་དང་། རྣལ་ལྷན་རབ་ཆོགས་ནས་རགས་པ་རྩ་ས་གཞན་  
བསྒྲེད་པར་སེམས་པ་དང་རྣམ་པ་ལྟ་ནི་རྣལ་ལྷན་རབ་ལ་སེམས་དཔའ་ཚུལ་བཞིན་མ་  
ཡིན་པ་ཡིན་ནོ། །གཟུགས་འདུས་པ་རྣལ་ལྷན་རབ་ཀྱི་ངོ་བོར་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཡོངས་  
སུ་བཅད་པ་ན་རིལ་པོ་གཅིག་དུ་འཛིན་པའི་འདུ་ཤེས་སྟོང་བ་དང་། དེའི་རྒྱ་ཙན་གྱི་  
འཛིག་ཆོགས་ལ་ལྟ་བ་སྟོང་བ་དང་། རེའི་སྒྲུལ་པའི་ར་རྒྱལ་སྟོང་བ་དང་། དེ་དག་ལ་  
རྟེན་པའི་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམ་པར་གཞོན་པ་དང་།

བཟུང་བ་དང་འཛིན་པའི་མཆན་མ་ཐུར་དུ་རྣམ་པར་འཛིག་པར་འགྱུར་བ་ནི་རགས་  
པ་སྒྲོས་མཐར་རྣམ་པར་སྤྱོད་སྤྱུལ་ཐུ་རབ་རྣམ་པར་བཞག་པའི་ཕན་ཡོན་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལ་རྟུལ་ཐུ་རབ་དང་པོ་ནི་བཏགས་པར་ཡོད་པ་ཅུམ་ཡིན་ལ་ཡང་དག་  
པར་སྒྲེ་བ་དང་འགག་པར་ཡང་མི་འགྱུར་ལ། རྩ་ས་ཀྱི་རྟུལ་ཐུ་རབ་རྣམས་ནི་ཕ་ལ་  
ཆེར་གཞན་ལ་མ་སྒྲོས་པར་དབང་པོའི་ཡུལ་དུ་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་རྩ་ས་སུ་ཡོད་པ་ཡང་  
ཡིན་ནོ། །དང་པོ་ནི་ཆམས་མེད་པ་ཡང་ཡིན་ལ། གཉིས་པ་ནི་ཆ་དང་བཅས་པ་ཡང་  
ཡིན་ནོ། །གཟུགས་འདུས་པ་རྣམས་ནི་རྟུལ་ཐུ་རབ་དང་པོ་བསགས་པའི་རང་  
བཞིན་མ་ཡིན་གྱི་ས་ལ་སོགས་པ་རྩ་ས་ཀྱི་རྟུལ་ཐུ་རབ་འདུས་པའི་རང་བཞིན་དུ་  
རིག་པར་བྱའོ། །དེའི་སྤྱིར་རྟུལ་ཐུ་རབ་དང་པོ་ནི་སྒྲོས་རྣམ་པར་བཞོད་པ་ཅུམ་དུ་  
ཟད་པས། ཡུལ་དང་སྤྱོད་སྤྱུལ་ན་མི་གནས་པའི་སྤྱིར་སྤྱི་དང་ནང་གི་གཟུགས་འདུས་  
པ་དག་ལ་མི་དམིགས་ཤིང་རྩ་ས་ཀྱི་རྟུལ་ཐུ་རབ་རྣམས་ནི་གཟུགས་འདུས་པ་དག་ལ་  
གནས་སོ་ཞེས་བྱ་བར་ཁོང་དུ་ཆུད་དོ། །དེ་ལྟར་ན་རྟུལ་ཐུ་རབ་དང་པོ་ནི་ཡིད་གྱི་  
ཤེས་པ་ཁོ་ནའི་སྒྲོད་ཡུལ་དུ་རྣམ་པར་བཞག་ལ། རྩ་ས་ཀྱི་རྟུལ་ཐུ་རབ་རྣམས་ནི་ཁ་  
ཅིག་ཡིད་གྱི་ཤེས་པ་ཁོ་ནའི་སྒྲོད་ཡུལ་ཡིན་ལ། གཞན་ནི་དབང་པོའི་ཤེས་པས་ཀྱང་  
སྒྲོད་ཡུལ་དུ་འགྱུར་དེ། འདི་ལྟར། མིག་ལ་སོགས་པ་དབང་པོ་ལྟ་དང་། ཆོས་ཀྱི་སྒྲེ་  
མཆེད་པའི་གཟུགས་རྩ་ས་སུ་ཡོད་པའི་རྟུལ་ཐུ་རབ་གང་ཡིན་པ་དང་། གཟུགས་  
སོགས་ཡུལ་ལྗེའི་རྟུལ་ཐུ་རབ་གང་ཡིན་པ་དེ་གོ་རིམ་བཞིན་ནོ། །འདིར་མིག་གི་  
རྟུལ་ཐུ་རབ་དང་། གཟུགས་ཀྱི་རྟུལ་ཐུ་རབ་ཅེས་སོགས་འདུང་ན་ཅི་མིག་ནི་མིག་



གི་རྒྱལ་ཕྱ་རབ་བསགས་པའི་རང་བཞིན་དང་། དེ་བཞིན་དུ་གཟུགས་གྱུར་  
 གཟུགས་ཀྱི་རྒྱལ་ཕྱ་རབ་བསགས་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་ནམ། དེ་ལས་ཅིར་འབྱུང་།  
 བྱི་རོལ་གྱི་དོན་རྫས་སུ་གྱུ་བ་པར་སྒྲ་བ་དག་དང་བྱད་པར་མེད་པར་ཅི་སྟེ་མི་འབྱུང་  
 ཞེ་ན། གལ་ཏེ་མིག་ལ་སོགས་པའི་རྒྱལ་ཕྱ་རབ་རྫས་གྱུ་བ་ཀྱིས་རྣམས་པའི་མིག་ལ་  
 སོགས་པའི་གཟུགས་འདུས་པ་གཞན་དང་གཞན་ཁས་ལེན་ན། ཅིས་པ་དེ་འབྱུང་  
 དུ་ཐིན་གྱུར་། དེ་ལྟར་ཁས་མི་ལེན་པའི་བྱིར་ཅིས་པ་མེད་དོ། །

ཅིའི་བྱིར་ཞེ་ན། འདིར་ནི་མིག་གི་དབང་པོའི་རྫས་གང་ཡིན་པ་དེ་ཅིར་ལ་  
 མིག་གི་དབང་པོའི་རྒྱལ་ཕྱ་རབ་ཅེས་བྱ་ལ། དེ་བཞིན་དུ་གཟུགས་ཀྱི་རྫས་གང་ཡིན་  
 པ་དེ་ལ་གཟུགས་ཀྱི་རྒྱལ་ཕྱ་རབ་ཅེས་བྱའི་དོན་སྒྲ་བ་དག་གི་ལྟར་དེ་དང་དེའི་རྒྱལ་  
 ཕྱ་རབ་རྣམས་ཀྱིས་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་དོན་དེ་དང་དེ་བརྒྱམས་པར་ཁས་མི་  
 ལེན་པའི་བྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་མིག་ལ་སོགས་པ་རགས་པ་རྣམས་ལ་རྒྱལ་ཕྱ་རབ་ཅེས་  
 རི་ལྟར་བྱ་ཞེ་ན། བྱི་དང་ནང་གི་གཟུགས་འདུས་པ་དག་མིག་དང་གཟུགས་ལ་  
 སོགས་པ་རྫས་ཀྱི་རྒྱལ་ཕྱ་རབ་འདུས་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་ལ། དེའི་བྱིར་མིག་ལ་  
 སོགས་པ་ནི། འདུས་པ་རྣམས་ལ་ལྟོས་ནས་རྒྱལ་ཕྱ་རབ་དང་། ཡན་ལག་ཅེས་བྱའོ། །  
 ཀུན་བརྟགས་པའི་གཟུགས་རགས་པ་ཅེས་བྱ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་འབྱུང་བ་དང་  
 འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་པ་རྣམས་པར་གཉིས་ཡིན་ལ། འབྱུང་བ་ནི་ས་ལ་སོགས་པ་བཞི་  
 ཡིན་ལ། འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་པ་ནི་མིག་ལ་སོགས་པ་དབང་པོ་ལྟ་དང་། གཟུགས་  
 ལ་སོགས་པ་ཡུལ་ལྟ་དང་། ཆོས་ཀྱི་སྒྲིམ་ཆེད་པའི་གཟུགས་རྣམས་ཏེ་རྒྱལ་པར་ནི་

གཞུང་དུ་འཆད་པར་འགྱུར་རོ། །

ཅིའི་ཕྱིར་ས་ལ་སོགས་པ་དག་ལ་འབྱུང་བ་ཞེས་བྱ་ན། འབྲས་བུའི་  
གཟུགས་རྣམས་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་སུ་གྱུར་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅིའི་ཕྱིར་འབྲས་བུའི་  
གཟུགས་རྣམས་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་སུ་གྱུར་པ་ཡིན་ཞེ་ན། རྒྱ་རྣམ་པ་ལྔ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་  
ཏེ་འདི་ལྟར་སྐྱེད་པ་དང་རྟེན་པ་དང་། གནས་པ་དང་། བརྟེན་པ་དང་། འཕེལ་བའི་  
རྒྱ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཕྱི་དང་ནང་གི་གཟུགས་དག་ནི་རང་རང་གི་ས་བོན་གྱི་རྒྱ་  
ལས་བྱུང་བ་ས་ཡིན་ནམ་ངེ་ལྟར་ན་འབྱུང་བ་དག་ལས་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ཞེ་ན། བདེན་  
མེད་འོན་ཀྱང་ངེ་སྤྱིད་དུ་འབྱུང་བ་རྣམས་རང་གི་ས་བོན་ལས་མ་སྐྱེས་པ་དེ་སྤྱིད་དུ་  
འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་པ་རྣམས་ཀྱང་རང་གི་ས་བོན་ལས་མི་སྐྱེ་ལ། གང་གི་ཆེ་འབྱུང་  
བ་རྣམས་རང་གི་ས་བོན་ལས་སྐྱེས་པ་ན་འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་པ་རྣམས་ཀྱང་རང་གི་  
ས་བོན་ལས་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བས། དེའི་ཕྱིར་འབྱུང་བ་རྣམས་ལས་འབྱུང་བ་ལས་  
གྱུར་པ་རྣམས་སྐྱེའོ་ཞེས་བརྗོད་དོ། །འབྱུང་བ་རྣམས་ཀྱིས་ངེ་ཙམ་མོན་པ་དེ་ཙམ་  
འབྱུང་གྱུར་རྣམས་ཀྱིས་མོན་གྱི། འབྱུང་བ་རྣམས་བསལ་ནས་འབྱུང་གྱུར་ལ་ལོགས་སུ་  
ཡུལ་གཞོན་པའི་མཐུ་མེད་པའི་ཕྱིར་འབྱུང་བ་རྣམས་ནི་འབྱུང་འགྱུར་གྱི་རྟེན་ཡིན་ནོ། །  
འབྱུང་བ་རྣམས་ལ་ཕན་པ་དང་གཞོན་པས་དེ་ལ་བརྟེན་པའི་འབྱུང་འགྱུར་ལ་ཕན་  
གཞོན་དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་འབྱུང་བ་རྣམས་གནས་པའི་རྒྱ་ཡིན་ནོ། །འབྱུང་བ་རྣམས་  
ས་ཞིག་པར་དེ་ལ་རྟེན་པའི་འབྱུང་འགྱུར་རྣམས་མི་འཇིག་པའི་ཕྱིར་འབྱུང་བ་རྣམས་  
ནི་སྟོན་པའི་རྒྱ་ཡིན་ནོ། །

གཉིད་དང་ཟས་དང་ཚངས་སྤྱོད་དང་། ཏིང་ངེ་འཛིན་ལ་སོགས་པས་འབྱུང་  
 བ་རྣམས་རྒྱས་པར་བྱས་པ་ན། དེ་ལ་རྟེན་པའི་འབྱུང་འགྱུར་རྣམས་འཕེལ་བར་  
 འགྱུར་བའི་ཕྱིར་འབྱུང་བ་རྣམས་ནི་འཕེལ་བའི་རྒྱ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་འབྱུང་བ་  
 རྣམས་ཀྱིས་འབྱུང་འགྱུར་དག་ལ་བྱ་བ་རྣམས་པ་ལྟ་བུར་པའི་ཕྱིར་འབྱུང་བ་རྣམས་ལ་  
 བྱི་རྒྱའི་གཟུགས་ཞེས་བྱ་ལ། འབྱུང་འགྱུར་རྣམས་ལ་ནི་འབྲས་བུའི་གཟུགས་ཞེས་  
 བྱ་ཞིང་། འབྲས་བུའི་གཟུགས་རྣམས་ནི་འབྱུང་བ་རྣམས་རྒྱར་བྱས་པ་ལས་བྱུང་བ་  
 ཞེས་བརྗོད་དོ། །འདུས་པ་གཅིག་ལ་ཡོད་པའི་འབྱུང་བ་དང་འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་བ་  
 རྣམས་ནི་རང་རང་གི་མཆོན་ཉིད་སོ་སོ་མ་འདྲེས་པར་གནས་པ་ཡིན་ཏེ། དབང་པོ་  
 སོ་སོས་རྣམ་པ་བྱ་དན་པར་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡུལ་གོ་ས་བྱ་མི་དད་པ་གཅིག་ཏུ་  
 འདྲེས་པར་གནས་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་རྩ་སྣ་ཆོགས་པ་འཆིག་ལ་བཏགས་པ་རྒྱ་  
 དང་རྒྱར་བ་འདྲེས་པར་གནས་པ་ལྟ་བུའོ། །དེ་ལྟར་ན་འབྱུང་བ་དང་འབྱུང་བ་ལས་  
 གྱུར་བ་དག་ནི་རང་དང་ཆོགས་པ་གཅིག་པ་རྣམས་ཡུལ་གོ་ས་གཅིག་ཏུ་གནས་པའི་  
 ཕྱིར་པམ་རྒྱུན་གཅིག་ལ་གཅིག་ཐོགས་པ་མེད་པར་གནས་པ་ཡིན་ལ། རང་ཡོད་  
 པར་ཆོགས་པ་གཞན་གྱི་འབྱུང་བ་དང་འབྱུང་འགྱུར་གཞན་སྟེ་བའི་གོ་མི་འབྱེད་པའི་  
 ཕྱིར་ཆོགས་པ་གཞན་ལ་ལྟོས་ནས་ཐོགས་པ་དང་བཅས་པ་ཡིན་ནོ། །

ཅིའི་ཕྱིར་འདུས་པ་གཅིག་ལ་ཡོད་པའི་འབྱུང་བ་དང་འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་  
 བ་རྣམས་གོ་ས་གཅིག་ན་གནས་པ་ཡིན་ཏེ། ཐོག་བཅས་རྣམས་ནི་ཡུལ་གོ་ས་  
 གཅིག་ན་གནས་པར་འགལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེན་སྦྱས་པ། གལ་ཏེ་འབྱུང་བ་དང་



འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་པ་རྣམས་དོན་དམ་པར་གྱུ་བ་ན་ནི་ཐོག་པ་དང་བཅས་པའི་  
 དངོས་པོ་གཉིས་གོ་ས་གཅིག་ཏུ་གནས་པ་གིན་དུ་ཡང་འགལ་བས། དེའི་ཕྱིར་འདུས་  
 པ་གཅིག་ལ་ཡོད་པའི་འབྱུང་བ་དང་། འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་པ་རྣམས་གྱུར་། དཔེར་ན།  
 བས་དང་འབྲས་དང་སྒྲན་ས་ལ་སོགས་པ་འབྲུ་སྒྲ་ཆོག་ས་སྒྲུངས་པའི་ཕྱར་པོ་བཞིན་  
 དུ་ཡུལ་གོ་ས་བྱ་དད་པ་ཁོ་ན་ན་གནས་པར་རིགས་གྱུར་། འདིར་ནི་འབྱུང་བ་དང་  
 འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་པ་རྣམས་སྒྲར་བཤད་པའི་རྒྱ་པ་དུ་མ་རིག་པའི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བའི་  
 གྲོ་འབྲུལ་པ་ལ་ངི་ལྟར་སྒྲར་བ་ལྟར་རྣམས་པར་བཞག་གི་ཡང་དག་པར་ས་ཡིན་ལ།  
 གྲོ་འབྲུལ་པ་ལས་ཡང་ཐོག་ས་པ་དང་བཅས་པའི་དངོས་པོ་དག་ཡུལ་གོ་ས་གཅིག་  
 ཏུ་སྒྲར་བ་མི་འགལ་ཏེ་དཔེར་ན་མི་ལམ་གྱི་ཤེས་པ་འབྲུལ་པ་ལ་ཁང་མིག་གིན་ཏུ་  
 རྒྱར་བར་གྲུང་པོ་ཆེ་དུ་མའི་བྱ་འབྲིགས་པ་མི་བ་ལྟ་བུའོ། །ཡང་དག་པར་ན་གྲུང་པོ་  
 ཆེ་གཅིག་གྱུར་ཁང་མིག་གཅིག་ཏུ་ཤོད་བའི་གོ་སྐབས་མེད་ན་མང་པོ་ལྟ་ཅི་སྒྲོས།  
 དེའི་ཕྱིར་འདུས་པ་གཅིག་ལ་ཡོད་པའི་ས་ལ་སོགས་པའི་འབྱུང་བ་རྣམས་དང་  
 གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་འབྱུང་འབྱུར་དག་ནི་ཡུལ་གཅིག་ན་གནས་པ་ཡིན་ཏེ།  
 འདུས་པ་དེའི་ས་ལ་སོགས་པའི་འབྱུང་བའི་རིག་བྱ་ལུས་གྱི་དབང་པོས་གང་དུ་  
 དམིགས་པའི་ཡུལ་རེར་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་འབྱུང་འབྱུར་རྣམས་གྱུར་དབང་པོ་  
 གཞན་གྱིས་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། འདུས་པ་གཅིག་ལ་ཡོད་པའི་འབྱུང་བ་དང་  
 འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་པ་རྣམས་ཡུལ་དང་ཕྱོགས་བ་མི་དད་པར་གནས་པ་དེའི་ཕྱིར།  
 དེ་དག་ལ་བ་མི་དད་པའི་མཚུངས་པར་ལྟན་པ་དང་། འདྲེས་པར་གྱུར་པའི་མཚུངས་

པར་ལྷན་པ་ཞེས་གྲང་བུའོ། །

རྣམ་པར་གཏན་ལ་དབབ་པ་བསྐྱབ་པར་ཡང་། མེ་ཏོག་དང་འབྲས་བུ་ལ་  
སོགས་པའི་འདུས་པ་རྣམས་ནི་དབང་པོ་བཅས་ཅད་ཀྱིས་ཡོངས་སྤྱད་པར་བྱ་བ་  
བྱམ་མོང་བ་ཡིན་ལ། དེའི་ཕྱིར་འདུས་པ་དེ་དག་གི་འབྱུང་བ་དང་འབྱུང་བ་ལས་  
གྲུར་པའི་རྒྱལ་རྣམས་ནི་གོ་ས་བྲ་མི་དང་པར་ལས་ཀྱི་དབང་གིས་འགྲུབ་པར་  
གསུངས་ཏེ། རི་སྐད་དུ། དེ་ལ་ཅིའི་ཕྱིར་ན་ཐོག་པ་དང་བཅས་པའི་ཆོས་རྣམས་  
ཕྱོགས་གཅིག་ན་བྲ་མི་དང་པར་གནས་པ་དང་། ཐོགས་པ་མེད་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ཞེ་ན།  
དེ་མཛོན་པར་འགྲུབ་པའི་ནི་འདུག་པ་དང་མཐུན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་དང་མཐུན་པར་  
ལས་ཀྱི་དབང་ལས་དེ་ལྟར་མཛོན་པར་འགྲུབ་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།  
གཟུགས་འདུས་པ་བཅས་ཅད་ནི། དབང་པོ་བཅས་ཅད་ཀྱི་ཡོངས་སྤྱད་ཡོངས་སྤྱོད་  
པ་བྱམ་མོང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །འདུས་པ་གང་ལ་འབྱུང་བ་  
དང་འབྱུང་བ་ལས་གྲུར་པ་གང་ཞེག་རང་རང་གི་དབང་པོས་དམིགས་པ་དེ་ནི་དེ་ལ་  
རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ཡོད་པ་ཡིན་ལ། གང་ལ་གང་མ་དམིགས་པ་དེ་ནི་དེ་  
ལ་ཁམས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་ཡོད་པ་སྤྱིད་གྲུར་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་ཡོད་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ།  
ཡོད་པའི་བྲ་སྤྱད་རྣམས་ནི་དམིགས་པ་སྒྲོན་དུ་འགྲོ་བ་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་  
ཕྱིར་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་འབྱུང་བ་གཅིག་ལས་གྲུར་པའི་  
འདུས་པ་ཡང་ཡོད་དེ། དཔེར་ན་རྩོ་བ་དང་རྩ་རྒྱུ་ལ་སོགས་པའོ། །གཉིས་ལས་  
གྲུར་པ་ཡང་ཡོད་དེ། ཤིང་ལྗོན་པ་ལྟ་བུའོ། །གསུམ་ལས་གྲུར་པ་ཡང་ཡོད་དེ། དེ་

ཉིད་རྒྱུར་གིས་བསྐྱོད་པ་ལྟ་བུའོ། །འབྲུང་བ་བཞི་ཙམ་ལས་གྲུར་པ་ཡང་ཡོད་དེ། དེ་  
 ཉིད་འབར་བ་དང་བཅས་པ་ལྟ་བུའོ། །དེ་བཞིན་དུ་འབྲུང་བ་ལས་གྲུར་པ་རྣམས་ལ་  
 ཡང་ཇི་ལྟར་སྤྲིད་པ་བཞིན་དུ་གཤམ་པར་བྱའོ། །ཁམས་ཀྱི་རྩ་པ་དུ་ནི་འདུས་པ་བམས་  
 ཅད་ལ་འབྲུང་བ་དང་འབྲུང་བ་ལས་གྲུར་པ་བམས་ཅད་ཡོད་པར་གཤམ་པར་བྱ་སྟེ།  
 འདུས་པ་གཅིག་ལ་ཡང་རྣལ་འབྱོར་པ་སེམས་ལ་དབང་བློབ་པ་དག་གིས་འབྲུང་བ་  
 དང་འབྲུང་བ་ལས་གྲུར་པའི་གཟུགས་ཀྱི་རྣམ་པ་གང་དང་གང་དུ་སྟོས་པ་དེ་དང་  
 དེར་འགྲུར་བའི་ཕྱིར་དང་། གཞན་དུ་ན་རྒྱ་མེད་པ་ལས་འབྲས་བུ་འབྲུང་བ་སྤི་  
 འབྲས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་བམས་ཅད་ལས་བམས་ཅད་ཅིའི་ཕྱིར་སྤི་འབྲུང་ཞེན།  
 མ་ཡིན་ཏེ། ལྟན་གཅིག་བྱེད་པའི་རྒྱུན་ནི་བར་སྤི་གནས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

རྒྱ་ཁ་ཡར་བ་ལས་སྟེ་བའི་འབྲས་བུ་ནི་འགའ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 འབྲས་བུ་རྣམས་ནི་རྒྱ་དང་རྒྱུན་ཆོགས་པ་ལས་འབྲུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་དུ་ན་  
 སྟོམ་ནང་གི་ས་བོན་ཙམ་ལས་སྟུ་གུ་དང་སྟོང་བུ་དང་འབྲས་བུ་ལ་སོགས་པ་འབྲུང་  
 བའི་ཕྱིར་དེ་དག་གི་དོན་དུ་ཞིང་སྟོང་བ་དང་རྩ་ལུད་པ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུན་རྣམས་ལ་  
 འབད་པ་དོན་མེད་པར་བཤལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །ལྷགས་ཀྱི་གོང་དུ་ཇི་སྤྲིད་དུ་གསེར་  
 འགྲུར་གྱི་ཕྱི་དང་མ་ཐུད་པ་དེ་སྤྲིད་དུ་གསེར་དུ་སྤི་འགྲུར་ལ་གང་གི་ཆོ་གསེར་  
 འགྲུར་གྱི་ཕྱི་དང་ཐུད་པ་དེའི་ཆོ་གསེར་དུ་འགྲུར་བར་དམིགས་པས། དེའི་ཕྱིར་  
 ལྷགས་ལ་གསེར་གྱི་ཁམས་ཡོད་པ་དང་། དེ་ཡང་ལྟན་གཅིག་བྱེད་པའི་རྒྱུན་ལ་  
 ལྟོས་པ་ཉིད་དུ་མངོན་པ་ཡིན་ཏེ། གཞན་དུ་ན་ལྷགས་ནི་གསེར་འགྲུར་གྱི་ཕྱི་དང་



ཐུང་གྲང་གསེར་དུ་མི་འགྱུར་བའས། ཡང་ན་ནི་མ་ཐུང་གྲང་གསེར་དུ་འགྱུར་བར་  
 ཐལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཕྱི་རོལ་གྱི་གཟུགས་འདུས་པ་དག་ལ་སྤྲིན་ལ་སྤྲིན་པ་དབང་  
 པོའི་ས་བོན་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདིར་དཔེ་གསུང་གིས་བསལ་བ་ཡིན་ཏེ། གཞན་དུ་  
 ན་སེམས་ཅན་སྤྱོད་མེད་སྟེ་བར་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །རྣལ་འབྱོར་པ་དག་  
 གིས་ཕྱི་རོལ་གྱི་གཟུགས་འགའ་ཞིག་གྲང་རྟ་དང་གྲང་པོ་ལ་སྤྲིན་པ་འདི་སེམས་  
 ཅན་གྱི་རྣམ་པ་དེ་དང་དེར་སྒྱུ་ལ་པར་རྟུས་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན་དེ་ནི་རྟ་གྲང་ལ་  
 སྤྲིན་པ་འདི་རྣམ་པར་སྒྱུ་ལ་པ་ཅམ་དུ་བྱད་གྱི་དངོས་སུ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། སྒྱུ་མའི་རྟ་གྲང་  
 ལ་སྤྲིན་པ་བཞིན་དུ་རྣམ་པར་ཤེས་པས་མ་བེན་བའི་ཕྱིར་རོ། །རྣལ་འབྱོར་པ་རང་  
 གི་ལུས་སེམས་ཅན་གྱི་རྣམ་པ་གཞན་དུ་སྒྱུར་བའི་སྒྱུ་ལ་པ་ནི་སེམས་ཅན་ཡིན་ཡང་  
 དེའི་དབང་པོ་རྣམས་ནི་རང་གི་དབང་པོ་སྒྱུ་མའི་ས་བོན་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པས་རྒྱ་  
 མེད་པར་བྱུང་བའས། ཕྱིའི་ས་བོན་ལས་བྱུང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །གང་ཡང་འཆོའུ་ལ་  
 སྤྲིན་པ་རྟ་རྟ་ལ་སྤྲིན་པ་ལས་སེམས་ཅན་འབྱུང་བ་གང་ཡིན་པའི་དབང་  
 པོ་རྣམས་ཀྱང་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡོད་པའི་བྱམ་མོང་མ་ཡིན་པའི་ས་བོན་  
 ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པ་ལས་འབྱུང་བར་ཤེས་པར་བྱའོ། །

ད་ནི་འདི་དབྱུང་བར་བྱ་སྟེ། འབྱུང་བ་དང་འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་པ་འདི་དག་  
 རྩིས་སུ་ཡོད་པའས། འོན་ཏེ་བདག་ས་པར་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ལས་ཅིར་འགྱུར། དང་  
 པོ་ལྟར་ན་རྣམ་པར་རིག་པ་ཅམ་དུ་སྒྱུ་བའི་རྣམ་པ་ཞག་དང་ཅི་སྟེ་འགལ་བར་སྤྲི་  
 འགྱུར། གཞིས་པ་ལྟར་ན་ཡང་འབྱུང་བ་དང་འབྱུང་གྱུར་རྣམས་དབང་པོའི་ཤེས་པའི་

ཡུལ་དུ་མི་འགྱུར་དེ། ཀུན་རྫོབ་པའི་ཡུལ་ཅན་ཉིད་གྱི་རྟོག་པ་དང་བཅས་པར་བཤེལ་  
 བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེན་སྦྱས་པ་རིགས་པས་དབྱུད་བཟོད་པ་ལ་རྫས་ཡོད་དང་། མི་བཟོད་  
 པ་བཏགས་ཡོད་དུ་བྱེད་པ་ལྟར་ན། འབྱུང་བ་དང་འབྱུང་གྱུར་དག་ནི་བཏགས་པར་  
 ཡོད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་གྱི་རྫས་སུ་ཡོད་པ་ནི་ས་ཡིན་དེ། རྒྱག་གི་གཅིག་ཅར་སྦྱར་བ་ན། །  
 བྲ་རབ་རུལ་ཆ་རྒྱག་ཏུ་འགྱུར། །རྒྱག་པོ་དག་གྱུར་གོ་གཅིག་ན། །གོར་བུའང་རུལ་  
 བྲ་ཅུ་མ་དུ་འགྱུར། །ཞེས་པ་ལ་སོགས་པའི་དོན་འགོག་པའི་རིགས་པའི་སྟོབས་མི་  
 བཟོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རང་གི་དབང་པོའི་སྟོད་ཡུལ་དུ་འགྱུར་བ་བརྗོད་པ་དང་དེ་  
 ལས་གཞན་པ་ལ་མི་སྟོས་པ་ལ་རྫས་ཡོད་དང་། སྟོས་པ་ལ་བཏགས་པར་འཛོག་པ་  
 ལྟར་ན། འབྱུང་བ་དང་འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་པ་དག་ལས་ཁ་ཅིག་ནི་རྫས་སུ་ཡོད་པ་  
 ཡིན་ལ། ཁ་ཅིག་ནི་བཏགས་པར་ཡོད་ཅེས་བཤད་པར་བྱའོ། །དེ་ཡང་འདི་ལྟར་  
 འབྱུང་འགྱུར་གྱི་རིག་བྱ་འཇམ་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་ནི་ས་ལ་སོགས་པའི་འབྱུང་བ་  
 ཆེན་པོ་རྣམས་འཕེལ་བ་དང་འགྲིབ་པའི་ཆ་དེ་དང་དེ་ལ་འདོགས་པས་བཏགས་  
 པར་ཡོད་པ་ཡིན་དེ། དེ་དང་དེའི་གདགས་བཞི་འབྱུང་བ་ལུས་གྱི་དབང་པོའི་སྟོད་  
 ཡུལ་དུ་གྱུར་པ། དེ་དག་རང་གི་དབང་པོས་སྟོད་ཡུལ་དུ་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །

རིང་པོ་དང་བྱུང་རུལ་སོགས་པའི་དབྱེབས་དང་། རྣམ་པར་རིག་བྱེད་གྱི་  
 གཟུགས་དག་གྱུར་ཁ་དོག་གི་ཁྱད་པར་སྟོགས་གཅིག་ཏུ་མངར་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་  
 འདོགས་པས་བཏགས་པར་ཡོད་པ་ཡིན་དེ། རང་གི་གདགས་བཞི་མིག་གི་དབང་  
 པོའི་སྟོད་ཡུལ་དུ་མ་གྱུར་པར་རིང་པོ་ལ་སོགས་པ་མཐོང་ངོ་སྟུང་པའི་སྟོ་མི་འབྱུང་

བའི་ཕྱིར་རོ། །ཆོས་ཀྱི་སྒྲེ་མཆོད་དུ་གཏོགས་པའི་གཟུགས་ལ་ཡང་རྫས་སུ་ཡོད་པ་  
 དང་། བཏགས་པར་ཡོད་པ་གཞིས་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་ཀུན་བཏགས་པ་དང་།  
 དབང་འབྱོར་པ་དག་ནི། ཀེར་རུས་ལ་སོགས་པ་མི་སྟེག་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་དང་།  
 རྣམ་པར་ཐར་པ་ལ་བསམ་གཏན་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་སྒྲོད་ཡུལ་དུ་འགྱུར་བ་  
 བརྗོད་པ་སོགས་ལ་མི་ལྟོས་པར་གསལ་བོར་འཛིན་པའི་ཕྱིར་རྫས་སུ་ཡོད་པ་ཁོ་ན་  
 ཡིན་ལ། རྣམ་པ་ལས་གྱུར་པ་དང་། མངོན་པར་སྐབས་ཡོད་པ་དང་། ཡང་དག་  
 པར་བྲངས་པ་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་ནི་གཟུགས་སུ་ཉི་བར་བཏགས་པ་ཙམ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། བཏགས་པར་ཡོད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །གང་ཤེ་བཤད་ལས་ཡང་རྣམ་པ་ལས་གྱུར་  
 པ་དང་། མངོན་པར་སྐབས་ཡོད་པ་དག་ནི་ཁ་དོག་གི་བདག་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 དེར་འདུས་སོ་ཞེས་ཆེན་པོ་དག་གིས་བཤད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་འབྲུག་པར་མ་  
 མཐོང་སྟེ། རུལ་ཕྲ་རབ་དག་ནི་སྒྲོས་ཀུན་བཏགས་ནས་བཞག་པ་ཙམ་ཡིན་པས་ཁ་  
 དོག་གི་བདག་ཉིད་དུ་འགལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །

མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་དག་ནི་གཟུགས་སོགས་གཞན་དུ་སྒྲོེར་བས་  
 གྱུབ་པ་ནི་མ་ཡིན་ན་དེ་དག་རྫས་སུ་གྱུབ་པ་ཞེས་གང་ལས་ཤེས་ཞེ་ན། རྩིས་སུ་  
 དཔག་པ་ལས་ཏེ། གལ་ཏེ་མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་དག་ཀུན་བཏགས་པ་ཙམ་  
 ཡིན་གྱི་རྫས་སུ་མེད་ན་དབང་པོའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་ཀྱི་ལྷན་ཅིག་འབྱུང་བའི་  
 རྟེན་སོ་སོར་ངེས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཡོད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་བཞིན་དུ་གཟུགས་ལ་  
 སོགས་པའི་ཡུལ་སོ་སོར་ངེས་པར་མི་འགྱུར་ཞིང་། སྒྲེ་བའི་གནས་གྱུར་སོ་སོར་ངེས་



པ་མེད་པར་འགྱུར་ན། དེ་ལྟར་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོའི་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་ནི་སྐྱེ་བའི་གནས་དང་དམིགས་པའི་ཡུལ་སོ་སོར་ངེས་པ་ནི་  
 མིག་གི་དབང་པོ་ལ་སོགས་པ་ལྟར་ཅིག་འབྱུང་བའི་གནས་རྣམས་སོ་སོར་ངེས་པའི་  
 རྒྱ་མཚོ་ཁོ་ན་ལས་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་མཚོ་གཞན་མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། དེ་ཡང་  
 འདི་ལྟར། རྒྱ་དང་དེ་མ་བྲག་པའི་རྒྱུན་སོ་སོར་ངེས་པ་ལས་ཀྱང་མ་ཡིན་ཏེ། དབང་  
 ཤེས་རྣམས་ནི་རྒྱའི་རྒྱུན་ཀུན་བཞིའི་ས་བོན་གཅིག་ལས་ཀྱང་རྒྱུན་རིམ་བཞིན་  
 ཏུ་ཅིག་ཅར་འབྱུང་བས་སོ་སོར་ངེས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཟུགས་སྐྱེ་ལ་སོགས་  
 པ་ཕྱིའི་ཡུལ་སོ་སོར་ངེས་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་ཀྱང་བརྗོད་པར་ནུས་པ་མ་ཡིན་ཏེ་དེ་ལྟ་  
 བ་ཡང་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པས་ནི་གཟུགས་ཁོ་ན་འཛིན་ལ། ཉན་ཤེས་ཀྱིས་ནི་  
 སྐྱེ་ཁོ་ན་འཛིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་ངེས་པ་འདིར་མི་འགྱུར་ཏེ། དེ་དག་ལ་ནང་གི་བྱེད་  
 རྒྱའི་བྱེད་པར་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། དེ་མ་བྲག་པའི་རྒྱུན་སོ་སོར་ངེས་  
 ཀྱང་། དབང་ཤེས་བཞིན་ཏུ་བལ་བ་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་དབང་པོའི་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་ནི་ལྟར་ཅིག་འབྱུང་བའི་གནས་མི་འདྲ་བ་བ་དང་པ་ལས་  
 ཡུལ་སོ་སོར་ངེས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་ཞུར་ལ་  
 འོངས་པས་ཆོག་གོ།

ད་ནི་དགྲུས་མ་ཉིད་བཤད་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་ཡང་མདོར་བསྟན་པ་དང་  
 རྒྱས་པར་བཤད་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། གཟུགས་གང་ཡིན་པ་གཟུགས་རུང་  
 རྣམ་པ་གཉིས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཅན་ཅི་ཡང་རུང་བ་དེ་བམས་ཅད་ནི། མདོར་སྟུན་རྒྱའི་

ཀུན་པར་བཤད་པ་ལ་གཞིས་ལས། ཀུན་གཟུགས་བཤད་པ་ནི། ལྷ་པ་

འབྲུང་བ་ཆེན་པོ་བཞི་དག་ཞེས་མིང་ཅུ་མ་ཞིག་སྟོན་པ་གང་ཡིན་པ་དེའི་དོན་ཅི་ཡིན་  
པ་མི་ཤེས་པས་འབྲུང་བ་ཆེན་པོ་བཞི་དག་གང་ཞེན་ཞེས་དེས་སོ། །ལན་ནི་རང་གི་  
མཆོན་ཉིད་དང་རྒྱུར་བྱས་པའི་གཟུགས་འཛིན་པའི་ཕྱིར་ས་ལ་སོགས་པ་ཉིད་  
ཁམས་སོ། །འབྲུང་བ་ནང་ལན་ཚུན་དང་མིག་གི་ཁམས་ལ་སོགས་པ་ལས་དབྱེ་བའི་  
ཕྱིར་ས་ལ་སོགས་པའི་སྐྱ་སྟོན་ལ། འཛིག་ཏེན་ན་གྲགས་པའི་ས་ལ་སོགས་པ་ལས་  
བྱེ་བྲག་དུ་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཁམས་སྟོན་ཏེ། འདི་ལྟར་ས་ལ་སོགས་པ་དག་ནི་འཛིག་  
ཏེན་དང་བསྟན་བཅོས་ལ་གྲགས་པའི་བྱེ་བྲག་གི་གཉིས་སུ་འགྱུར་ཏེ། དེ་ལ་འཛིག་  
ཏེན་པ་ལ་གྲགས་པའི་ས་ལ་སོགས་པ་ནི་ཁམས་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ནི་ས་དགར་པོ་  
ཅུ་སྟོན་པོ་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་ཁ་དོག་དང་དབྱིབས་ཀྱི་བདག་ཉིད་དུ་བྱ་བ་སྟོན་  
འདོགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །བསྟན་བཅོས་ལས་གྲགས་པ་དག་ལ་ནི་སྤྱ་བ་ཉིད་ལ་  
སོགས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཡང་དག་པ་ན་ཁམས་ཉིད་དུ་འབྱུང་བ་ཡིན་ཅོ། །

ཡང་ན། རྣམས་ཀྱི་སྒྲིབ་རྒྱུ་དོན་ཅན་ཡིན་པ། ས་ལ་སོགས་པའི་འབྲུང་བ་  
རྣམས་ཀྱང་། འབྲས་བུའི་གཟུགས་ཀྱི་འབྲུང་ཁུངས་སུ་གྱུར་པའི་ཤིང་། དེ་དག་ལ་  
སྒྱུའི་དོན་ཅན་ཀྱི་རྣམས་ཀྱི་སྒྲིབ་ཀྱང་པ། རིག་ལ་སོགས་པ་འབྲས་བུའི་གཟུགས་  
རྣམས་ནི་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་པས་སྐབས་འདིར་རྣམས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་བྱས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་།  
བཤད་པ་ཁོ་ན་མ་གཏོགས་པའི་དེ་མཉམས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་ལ་སྒྲིབ་པ་དང་། གཤེད་པ་དང་།  
ཞེན་། གོ་ངེས་བཞིན་དུ། ལུས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཞེས་པ་ལ་སྒྲིབ་པ་དང་། གཤེད་པ་དང་།  
ཚ་བ་དང་། ཡང་གིང་གཡོ་བ་ཞིང་དུ་སྒྲིབ་པ་གང་ཡིན་པའོ། །དེ་ལ་སྒྲིབ་པ་དང་།



སྤྱང་བ་དང་། འབྲས་པ་རྣམས་ནི་དོན་གཅིག་གོ །འདུ་བར་བྱེད་པ་བདག་ཅིང་ནི་  
བརྒྱན་པ་དང་གཤེར་བ་ཡིན་ནོ། །སྤྱི་བར་བྱེད་པ་ནི་ཆ་བཤོ། རྒྱུད་གི་ཁམས་སྒྲིན་  
པ་ན་ཡང་གིང་གཡོ་བ་ཞེས་པའི་སྒྲིག་གཉིས་སྒྲིམ་པ་ནི། རས་བལ་གྱི་འདབ་མ་ལ་  
སོགས་པ་འབྲས་བུའི་གཟུགས་འགའ་ཞིག་ལ་ཡང་འདེགས་སྒྲིག་པའི་སཁེན་ཅིང་  
ཅན་གྱི་ཡང་བ་ཡོད་ལ། དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་ཀྱང་རྒྱུད་གི་ཁམས་སུ་བལ་བར་འབྱུང་བ་  
མི་རུང་བས། གཟུགས་ཅན་གྱི་དངོས་པོའི་རྒྱན་ཡུལ་གཞན་དུ་འབྱུང་ཞིང་བསྒྲིབ་  
བར་བྱེད་པའི་སཁེན་ཅིང་ཅན་གྱི་གཡོ་བ་སྒྲིམ་ལ། གཡོ་བ་ནི་ལས་ཡིན་གྱི། རོ་བོ་  
མིན་པས་རོ་བོ་ས་བསྟན་པའི་ཉེས་པར་འབྱུང་དུ་དོགས་པས་ཡང་བ་སྒྲིམ་ཏེ། དེ་  
ལྟར་ན་གཡོ་བའི་བྱ་བ་དང་ལྟན་པའི་ཡང་བ་ནི་རྒྱུད་གི་ཁམས་ཅིང་དོ་ཞེས་བྱ་བའི་  
དོན་ཏོ། །

གཉིས་པ་འབྲས་གཟུགས་བཤད་པ་ལ་ཡང་གཉིས་ལས། སདོར་བསྟན་  
པ་ནི། རྒྱུད་བྱས་པའི་གཟུགས་ཞེས་གང་སྒྲིམ་པ་དེ་ཅིང་ལ་རྣམ་པ་ནི་དུ་ཞིག་རོ་བོ་  
ནི་ཅི་འདྲ་ཞེན་མིག་གི་དབང་པོ་དང་། ཞེས་པ་ལ་སོགས་སྒྲིམ་སོ། །དེ་ལ་རིག་བྱའི་  
ཕྱོགས་གཅིག་ཅེས་པ་ནི་འབྱུང་འབྱུང་གྱི་རིག་བྱ་བཟུང་བའི་དོན་ཏེ། དེའི་སྒྲིབས་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། འབྱུང་བའི་རིག་བྱ་རྣམས་ཀྱང་སྒྲུབ་བཤད་ཟིན་པའི་ཕྱིར་དོ། །  
གཟུགས་གང་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་གྲེས་པའི་དམིགས་པ་ཅུམ་ལས་སེམས་དང་སེམས་  
བྱུང་གཞན་གང་ལ་ཡང་བྱ་བ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་བྱེད་པ་དེ་ནི་ཆོས་ཀྱི་སྒྲེ་སཁེར་པའི་  
གཟུགས་ཞེས་བྱའོ། །ཡིད་གྲེས་ཁོ་ནའི་སྒྲིབ་ཡུལ་དུ་རྒྱུར་པའི་གཟུགས་ནི་ཆོས་ཀྱི་སྒྲེ་

སཆེད་པའི་གཟུགས་སོ་ཞེས་ནི་མི་བྱ་སྟེ། མིག་གི་དབང་པོ་ལ་སོགས་པ་དག་ལ་  
ཡང་བཤམ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་ནི་ད་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་དང་བའི་གཟུགས། དང་བའི་བཟུང་བའི་  
གཟུགས། ཡིད་གྱི་ཡུལ་གྱི་གཟུགས་བཤད་པ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ནི། མིག་གི་  
དབང་པོ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ཀྱང་གང་ཞེས། ཞེས་པ་དྲི་བའོ། །འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་  
བཞི་དག་རྒྱར་བྱས་པ་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རྟེན་གཟུགས་དང་བའོ། །ཞེས་པ་  
ལ་སོགས་པ་སྟོན་དེ། དབང་པོ་འདི་དག་ནི་རེ་རེ་ཞིང་ཡང་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་དང་  
རང་རང་གི་རོ་བོ་ནི་ད་གསུམ་གསུམ་གྱི་སྟོན་ས་བསྟན་ནོ། །དེ་ལ་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་  
བཞི་དག་རྒྱར་བྱས་པ་ཞེས་པས་ནི་རྒྱའི་སྟོན་ས་འབྲས་བུའི་གཟུགས་སུ་མཆོན་པར་  
བྱེད་དེ། འདི་ལྟར་གཞན་སྟེ་གང་དག་དབང་པོ་རྣམས་རྒྱ་མེད་པར་བྱུང་བ་འཇམ།  
གཙོ་བོ་དང་དབང་ཕྱུག་ལ་སོགས་པ་མི་མཐུན་པའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བར་སེམས་པ་གང་  
ཡིན་པ་དང་། རང་སངས་རྒྱས་ལྟ་སྟེ་གང་དག་དབང་པོ་རྣམས་འབྱུང་བ་ཅུ་དྲུ་བ་དེ་  
དག་བསལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རྟེན་ཅེས་པ་ནི་རང་གི་བྱན་  
མོང་ས་ཡིན་པའི་བདག་འབྲས་གྱི་སྟོན་ས་དབང་པོ་གཞན་ལས་བྱེ་བྲག་ཏུ་འབྱེད་  
པར་བྱེད་དེ། དབང་པོ་གཞན་ལ་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རྟེན་བྱེད་པའི་མཐུ་  
མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཟུགས་དང་བའོ་ཞེས་པ་ནི་དབང་བའི་རང་གི་རོ་བོ་མཆོན་  
པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་འདིར་དང་བའི་དོན་ནི་དཔེར་ན་གཟུགས་ལ་རྟེན་ནས་  
དེ་ལྟར་སྒྲུང་བའི་གཟུགས་བརྒྱན་རྒྱ་དང་སེ་ལོང་ལ་འཆར་བ་ན་དེ་དང་དེ་ལ་དང་

པའི་བྲ་སྒྲུང་འདོགས་པ་ལྟར་གཟུགས་སྒྲ་སོགས་ཡུལ་རྣམས་ལ་ཏེན་ནས་དེ་དང་  
 དེར་སྒྲུང་པའི་དབང་པོའི་རྣམ་པར་གཤམ་པ་མིག་ལ་སོགས་པ་དབང་པོའི་སྒྲ་དེ་དང་  
 དེར་འབྱུང་པའི་ཕྱིར་དེ་དག་ལ་དང་བ་ཞེས་བྱའོ། །རྣ་བ་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་  
 གཞན་རྣམས་ལ་ཡང་རྩི་ལྟར་མཐུན་མཐུན་དུ་སྒྲུར་ནས་བཤད་པར་བྱ་སྟེ་གོ་སྟེ་བར་  
 ཟད་དོ། །

མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་གཞན་བཞི་ནི་རང་གི་ཏེན་རིས་སུ་ཆད་པས་  
 རང་གི་ཏེན་གང་ན་གནས་པའི་ཡུལ་དེ་ཉིད་ན་གནས་ཀྱི་ལུས་ཀྱན་ལ་ཁུབ་པ་ས་  
 ཡིན་ལ། ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་ནི་རྒྱ་འབྲེབ་ནས་སྒྲི་བའི་བར་གྱི་ཆོར་བ་འབྱུང་བའི་  
 གནས་སུ་གྱུར་པའི་འབྱུང་བ་དང་འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་པའི་གཟུགས་ཀྱན་ལ་ཁུབ་པ་  
 ཡིན་ཅོ། །འདིར་རྣམ་པར་རིག་པ་ཅུམ་གྱི་སྟོགས་ལ་མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་  
 རྣམས་དང་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་རྣམས་ནི་ཀྱན་བརྟགས་པ་དང་གཞན་གྱི་  
 དབང་གི་བྱེ་བྲག་གིས་རྣམ་པ་གཉིས་སུ་འགྱུར་དོ། །དེ་ལ་འདི་དང་རྣལ་འབྱོར་སྒྲིབ་  
 པའི་སར་དབང་པོ་རྣམས་གཟུགས་ཅན་དང་བར་བཤད་པ་ནི་ཀྱན་བརྟགས་པའི་  
 དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་འཛིག་ཏེན་གཞུག་པའི་ཐབས་སུ་འཛིག་ཏེན་གྱི་  
 བྲ་སྒྲུང་ཅུམ་གྱི་རྩིས་སུ་འབྲངས་ནས་བསྟན་པ་ཡིན་ལ། དེ་དག་གྱུང་ཡང་དག་པར་  
 བསྟན་པར་བསྟན་པ་ན་ལྟུལ་པ་གཞི་མེད་མི་རུང་བའི་ཕྱིར་དེ་དག་གི་ལྟུལ་གཞི་  
 བསྟན་པའི་ཕྱིར་དུ། གཞན་དབང་ཡང་དག་པ་ས་ཡིན་པའི་ཀྱན་རྟོགས་གི་རང་བཞིན་  
 རྣམ་པར་བརྟགས་པའི་མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་རྣམས་སྟོན་པར་མཛད་དོ། །དེ་



ཡང་ཀུན་གཞི་རྣམ་ཤེས་རྣམ་པར་བཞག་ན་ནི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་བཟུང་བྱ་  
 ཉིད་ལ་འཛོག་དེ། འདི་ལྟར་ཀུན་གཞི་ལ་ཡོད་པའི་བྱུང་མོང་མ་ཡིན་པའི་ས་བོན་  
 ཡོངས་སུ་སྒྲིམ་པ་ལས་བྱུང་བ་རང་དང་གཞན་གྱི་རྒྱུད་ལ་མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་  
 གོ་ལྟར་སྒྲུབ་བ་གང་ཡིན་པ་ཉིད་ལ་དབང་གོང་འཛོག་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཀུན་གཞིའི་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམ་པར་མ་བཞག་ན་ནི་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་  
 རྣམས་གཟུགས་སྒྲུ་ལ་སོགས་པ་རང་གི་བྱུང་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་རྣམས་འཛིན་  
 རུས་སུ་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་རང་གི་དེ་མ་གཤག་རྒྱུན་ཤེས་པ་སྒྲུ་མའི་རུས་པའི་བྱུང་  
 པར་ཉིད་ལ་མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་གོང་ག་སྒྲུད་འཛོགས་པར་བྱེད་དེ། རི་སྐད་དུ།  
 ཉི་ཤུ་པར། རང་གི་ས་བོན་གང་ལས་སུ། །རྣམ་རིག་སྒྲུབ་བ་གང་བྱུང་བ། །དེ་དང་  
 དེའི་སྒྲེ་མཆེད་ནི། །རྣམ་པ་གཉིས་སུ་བྱུང་བས་གསུངས། །ཞེས་དང་། དམིགས་པ་  
 བཏྲག་པར་ཡང་། ལྷན་ཅིག་བྱེད་དབང་རུས་པ་ཡི། །དོ་བོ་གང་ཡིན་དབང་གོང་  
 ཡིན། །དེ་ཡང་རྣམ་རིག་ལ་མི་འགལ། །ཞེས་གང་གསུངས་པ་ཡིན་ཅོ། །

གཉིས་པ་དང་བས་བཟུང་བའི་གཟུགས་བཤད་པ་ནི། གཟུགས་ནས་རེག་  
 བྱའི་བར་དུ་གོང་དུ་སྒྲོས་པ་དེ་དག་ལ་རྣམ་པ་ནི་དུ་ཞིག་རོ་བོ་ནི་ཅི་འདྲ་ཞེས། འབྱུང་  
 པ་ཆེན་པོ་བཞི་དག་རྒྱུར་བྱས་པ་མིག་གི་དབང་གོའི་སྒྲོད་ཡུལ་གྱི་དོན་གང་ཡིན་པ་  
 རྟེ་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་མཆེན་ཉིད་དང་དབྱེ་བ་གཉིས་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་སྒྲོན་པར་  
 བྱེད་པའོ། །འདི་དག་གི་མཆེན་ཉིད་རྒྱ་དང་ཡུལ་ཅན་དང་། རང་གི་རོ་བོ་གསུམ་  
 གསུམ་གྱིས་བསྐྱེད་པར་རིག་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་འབྱུང་པ་ཆེན་པོ་བཞི་དག་རྒྱུར་བྱས་

བ་ཞེས་པས་ནི་སྤར་བཤད་པ་ལྟར་རྒྱ་མེད་པ་དང་། མི་མཐུན་པའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བར་  
 སེམས་པ་ལ་སོགས་པ་རང་གཞན་གྱི་སྡེ་པ་དག་གི་ལོག་ཏོག་རྣམས་བསལ་ནས།  
 འབུས་བུའི་གཟུགས་སུ་མཆོན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །མིག་གི་དབང་པོའི་སྟེང་ཡུལ་  
 ཞེས་པས་དབང་པོ་ལྟའི་ནང་ནས་མིག་པོ་ནའི་སྟེང་ཡུལ་ཡིན་གྱི་གཞན་རྣམས་གྱི་  
 མ་ཡིན་ཞེས་སྒྲ་ལ་སོགས་པའི་དོན་གཞན་རྣམས་ལས་བྱུང་པར་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ནོ། །  
 དོན་ཞེས་པས་ནི་རང་གི་ངོ་བོ་སྟོན་པའོ། །དེ་བཞིན་དུ་གཞན་རྣམས་ལ་ཡང་སྤྱར་ཏེ་  
 བཤད་པར་བྱའོ། །འབྱུང་བ་གཅིག་ལས་གྱུར་པའི་འདུས་པ་ཡང་ཡོད་དེ་བཞིན་དུ་  
 གཉིས་ལས་གྱུར་པའི་འདུས་པ་ཡང་ཡོད་ཅེས་སོགས་སྤར་བཤད་པ་མ་ཡིན་ནས།  
 ཇི་ལྟར་ན་མིག་ལ་སོགས་པ་རྣམས་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་བཞི་དག་རྒྱར་བྱས་པ་ལས་  
 བྱུང་བ་ཞེས་བྱ་ཞེ་ན། བདེན་མོད་གྱི་འོན་ཀྱང་འདུས་པ་ཀུན་ལ་འབྱུང་བ་བཞི་ཀ་  
 ཆང་བའི་ངེས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་འབྱུང་བ་གཅིག་ལས་གྱུར་པ་ཡང་ཡོད་ཅེས་བཤད་ལ།  
 མིག་སོགས་འབུས་བུའི་གཟུགས་རྣམས་རྣམས་པ་ཀུན་ཏུ་ས་ལ་སོགས་པའི་འབྱུང་བ་  
 བཞི་གང་ཡང་རུང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་ལ། ངེས་འགའ་འབྱུང་བ་བཞི་ཀ་རྒྱར་  
 བྱས་པ་ལས་འབྱུང་བ་ཡང་སྤྱིད་པའི་ཕྱིར་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་བཞི་དག་རྒྱར་བྱས་པ་  
 ཞེས་བཤད་དེ། ཇི་སྐད་གཟུགས་གང་ཡིན་པ་ཅི་ཡང་རུང་སྟེ། དེ་དག་བསལ་ཅད་  
 འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་བཞི་དག་དང་། འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་བཞི་དག་རྒྱར་བྱས་པའོ། །ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལ་དགོངས་པ་ཅི་ཞེ་ན། སྤྱིད་པ་ལ་དགོངས་ནས་གསུངས་སོ། །སྟོགས་  
 གཅིག་གི་དང་པོ་ལ་རྟེན་པའི་དོན་ནི་རྒྱར་བྱས་པའི་དོན་ཏོ། །ཞེས་འཆད་པར་

འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །

རེ་ཤིག་གཟུགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ལ་རྒྱས་པར་དབྱེ་བ་དང་། མདོར་བསྟུས་པ་  
གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི་སྟོན་པོ་དང་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་བྱ་ཅུ་ལྟ་གསུངས་སོ། །  
འདི་དག་གྱུར་ངོ་པོ་ཉིད་དང་། གནས་དང་། བྱེད་པའི་མཆོན་ཉིད་དང་། གསུམ་  
གྱིས་རྣམ་པར་བཞག་གོ། །དེ་ལ་ངོ་པོ་ཉིད་གྱིས་ནི་སྟོན་པོ་ལ་སོགས་ཁ་དོག་བཞི་  
བཞག་སྟེ། དེའི་ངོ་པོ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། གནས་ལས་ནི་རིང་པོ་ལ་སོགས་པའི་  
དབྱིབས་བརྒྱད་རྣམ་པར་བཞག་སྟེ། དེ་དག་ནི་ཁ་དོག་དེ་ལྟ་དེ་ལྟར་གནས་པ་ལ་  
འདོགས་པའི་ཕྱིར་རྟེ། འདི་ལྟར་ཁ་དོག་གི་འདུས་པ་མང་པོ་སྟོགས་གཅིག་དུ་  
མངར་བ་ལ་ནི་རིང་བའི་སྟོ་འབྱུང་། དེ་ཉུང་དུ་ལ་ནི་བྱུང་དུའི་སྟོ་འབྱུང་། ཐམས་ཅད་  
ནས་མཉམ་པར་སྒྲུབ་པ་ལ་ནི་ལྟམ་པའི་སྟོ་འབྱུང་། ཁོར་ཡུག་དུ་མཉམས་པ་ལ་ནི་  
ཟླམ་པོའི་སྟོ་འབྱུང་། དབུས་ན་འདུས་པ་མང་བ་ལ་ནི་མཐོན་པོའི་སྟོ་འབྱུང་། དེར་  
ཉུང་བར་སྒྲུབ་པ་ལ་ནི་དམའ་བའི་སྟོ་འབྱུང་། སྟོགས་གཅིག་པའི་སྟོར་སྒྲུབ་པ་ལ་ནི་  
ཕྱག་འཆོལ་བ་མཐོ་དམན་མེད་པའི་སྟོ་འབྱུང་། སྟོགས་སྟོ་ཆོགས་ཀྱི་སྟོར་སྒྲུབ་པ་ལ་  
ནི་ཕྱག་འཆོལ་བ་མ་ཡིན་པ་མཐོ་དམན་ཅན་གྱི་སྟོ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །བྱེད་པའི་  
མཆོན་ཉིད་ལས་ནི། རྣམ་པར་རིག་བྱེད་དོ། །དེ་ནི་ལུས་གཡོ་བའི་བདག་ཉིད་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །གྲིབ་མ་དང་ནི་མ་ལ་སོགས་པ་དག་ནི་ལྟར་ལྟལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་  
ཁ་དོག་གི་བྱེ་བྲག་ཡིན་པས་སྟོན་པོ་ལ་སོགས་པའི་ནང་དུ་འདུས་གྱུར་བྲག་རིང་བ་  
ནས་མཐོང་ཡང་ནི་བ་ན་མི་སྒྲུབ་པས་གཟུགས་མ་ཡིན་པར་དོགས་པ་བསལ་བའི་



ཕྱིར་ལོགས་སུ་དབྱེ་བ་བྱས་སོ། །

དེ་ལྟར་ན་གཟུགས་ཀྱི་སྒྲེ་མཆོད་འདི་ནི་ཁ་དོག་དང་དབྱེ་བས་དང་། རྒྱུ་  
 བར་རིག་བྱེད་དང་གསུམ་དུ་འགྱུར་ངོ། །ཡང་ན་མཚན་ཅིང་གིས་ནི་སྒྲེན་པོ་ལ་  
 སོགས་པ་བཞི་བཞག །གདག་གཞིའི་གནས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ལས་ནི་རིང་བྱུང་ལ་སོགས་  
 པ་དབྱེ་བས་བརྒྱད་བཞག །དུས་དང་དབང་པོའི་ཁྱད་པར་ལས་པན་པ་དང་།  
 གཞོན་པར་འགྱུར་བའི་བྱེ་བྲག་ལས་དུ་ལ་ཕྱ་མོ་ནས། ཁྱུག་སྒྲེའི་བར་བརྒྱ་བཞག །  
 བྱེད་པའི་ཏེན་དང་བྱེད་པའི་མཚན་ཅིང་དང་། བརྒྱན་ལས་ནི་ག་ས་གསུམ་གོ་རིམ་  
 བཞིན་དུ་བཞག་གོ །དེ་ལ་སྒྲེན་པོ་ལ་སོགས་བཞིའི་རོ་བོ་ནི་ཏོགས་པར་སྒྲུ་ལ། དེ་  
 དེ་ལ་ཡང་སེ་ཏོག་གི་སྒྲེན་པོ་དང་། རས་ཀྱི་སྒྲེན་པོ་ལྟར་ལྟན་སྒྲེས་དང་། སྒྲུང་བྱུང་  
 གཞིས་གཞིས་སུ་རིག་པར་བྱའོ། །དུ་ལ་ཕྱ་མོ་ནི་ནི་ཟེར་ལ་སྒྲུང་བའི་དུ་ལ་ལོ། །  
 རགས་པ་ནི་རི་བོ་ལ་སོགས་པའོ། །སྒྲུང་བ་ནི་རྩེ་བ་སྒྲུང་ས་མེ། སྒྲན་མོར་བུ་ལ་  
 སོགས་པའི་འོད་ངོ། །གཞན་རྒྱུས་ནི་བདེའ་འཕྲོད་པར་ཟད་ངོ། །མདོན་པར་  
 སྒྲུབས་ཡོད་པ་ནི་དེ་ལས་གཞན་པ་བརྒྒྱུག་བྱེད་ཀྱི་རིག་བྱུང་དང་བྲལ་བའི་སྒྲུགས་  
 མིག་ལ་བར་སྒྲུང་སྒྲུའོ་སེར་སེར་པོར་སྒྲུང་བ་གང་ཡིན་པའོ། །རྒྱུ་པར་རིག་བྱེད་ནི་  
 རྒྱུང་བ་དང་སྒྲུས་པ་ལ་སོགས་པ་ལུས་ཀྱི་བྱ་བ་ལ་དམིགས་པའི་སེམས་ལས་སྒྲེས་  
 པ་ལུས་ཀྱིས་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་རྒྱུས་ལ་ཏེན་པའི་ལུས་ཀྱི་དབྱེ་བས་ཏེ་འདིས་རང་  
 ཀུན་ནས་སྒྲོང་བའི་སེམས་གཞན་ལ་རིག་པར་བྱེད་པས་རྒྱུ་པར་རིག་བྱེད་ངོ། །

དེ་ལྟར་རྒྱུ་པར་རིག་པར་བྱེད་ཅེན། སྒྲེས་བུ་འདི་ནི་འཕྲོའོ་སྒྲུས་པའི་སྒྲོ་



དག་ནི་བདག་ས་པར་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རི་ལྟར་ན་མིག་གི་ཡུལ་དུ་འགྱུར་ཞེན་ཡང་  
དག་པར་ན་དབྱིབས་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་སྒྲོན་པོ་ལ་སོགས་པའི་ཁ་དོག་གྱུར་  
མིག་གིས་ཡུལ་མ་ཡིན་ཏེ། རྟུལ་བྲ་རབ་མ་གྲུབ་པས། ཕྱི་རོལ་གྱི་དོན་དབང་པོའི་  
ཤེས་པའི་ཡུལ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

བ་སྒྲུང་དུ་ནི་སྒྲོན་པོ་ལ་སོགས་པའི་ཁ་དོག་དང་རིང་པོ་ལ་སོགས་པའི་  
དབྱིབས་རྣམས་མིག་ཤེས་ཀྱི་ཡུལ་དུ་ཁྱད་པར་མེད་དེ། འདི་ལྟར་རིང་པོ་དང་བྱུང་དུ་  
ལ་སོགས་པའི་དབྱིབས་ཀྱི་ཁྱད་པར་དུ་བྱས་པའི་གཟུགས་ཁོ་ན་མིག་གི་མཐོང་གི་  
དབྱིབས་ཀྱི་ཁྱད་པར་དང་བྲལ་པའི་གཟུགས་གཅིག་ཡུལ་། ཁ་དོག་དང་བྲལ་  
པའི་དབྱིབས་གཅིག་ཡུལ་ནི་ནམ་ཡང་མིག་གི་མཐོང་བ་མེད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཆེ་གེ་  
མོའི་ལག་པ་བརྒྱུད་བ་དང་སྒྲུལ་པ་མཐོང་རོ་ཆེ་གེ་མོ་ཡུལ་གཞན་དུ་འགྲོ་བ་མཐོང་  
རོ་ཞེས་འཛིག་ཅེན་བ་སྒྲུང་དུ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་དག་གྱུར་མིག་གི་  
ཡུལ་དུ་འཛིག་ཅེན་ན་གྲགས་པ་ཡིན་ཅོ། །དེ་བས་ན་འཛིག་ཅེན་ན་རི་ལྟར་གྲགས་  
པ་ལྟར་རྣམ་པར་བཞག་པའི་ཕྱིར་ཉེས་པ་མེད་དོ། །སྒྲུར་བཤད་པའི་གཟུགས་ཀྱི་  
དབྱེ་བ་དེ་ཡང་། མདོར་བསྡུ་ན་བཞིར་འགྱུར་ཏེ་འདི་ལྟར་ཁ་དོག་བཟང་པོ་དང་།  
ཁ་དོག་ངན་པོ་དང་། དེ་གཉིས་ཀའི་བར་མར་གནས་པ་དང་། ཁ་དོག་དང་འདྲ་  
བའོ། །དེ་དག་ནི་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་ལྟ་དང་ངན་སོང་དང་མི་དྲང་། སྤྱིད་པ་བར་མའི་  
གཟུགས་དག་གས། ཡང་ན་ཡིད་དུ་འོང་བ། མི་འོང་བ། དེ་གཉིས་ཀ་མིན་པ་དང་།  
སྒྲིན་དུ་བ་ཁྱུ་རྣ་ལ་སོགས་པ་དག་གོ། །སྒྲུའི་དབྱེ་བ་ལ་དབང་པོ་ལ་ཕན་གཞོད་ཀྱི་



སྒྲོ་ནས་དབྱེ་ན། ཡིད་དུ་འོང་བ་ལ་སོགས་པ་གསུམ་སྟེ་གོ་སྟོའོ། །

ཁྱའི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་བ་ནི། ཟིན་པའི་འབྲུང་བ་ཆེན་པོའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ་དང་།  
 ཟིན་པ་མ་ཡིན་པའི་འབྲུང་བ་ཆེན་པོའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ་དང་། དེ་གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་  
 དང་། ཞེས་པ་སྟེ། དེ་དག་ནི་གོ་རིམ་བཞིན་དུ། ལག་པ་དང་རག་གི་སྒྲ་ལྟ་བུ་དང་།  
 རུ་དང་རྒྱ་གི་སྒྲ་ལྟ་བུ་དང་། ལག་པ་རྩ་རྩ་པུད་པའི་སྒྲ་ལྟ་བུའོ། །བསྟན་པས་རབ་  
 ཏུ་དབྱེ་བ་ནི། འཛིག་རྟེན་གྱི་གྲགས་པ་དང་། ལྷུང་པས་བསྟན་པ་དང་། ཀུན་  
 བརྟགས་པ་དང་། ཞེས་ཏེ། གོ་རིམ་བཞིན་དུ་འཛིག་རྟེན་གྱི་བ་སྟོང་གིས་བསྟན་  
 པའི་སྒྲ་དང་། འཕགས་པ་རྣམས་གིས་ཆོས་གྱི་དེ་འོ་ན་ཉིད་སྟོན་པའི་སྒྲ་དང་། ཆོས་  
 འདི་ལས་སྤྱི་རོལ་ཏུ་གྱུར་པ་དག་གིས་རང་གིས་ཀུན་བརྟགས་པ་བདག་དང་གཙོ་བོ་  
 ལ་སོགས་པ་སྟོན་པའི་སྒྲའོ། །བ་སྟོང་གི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་ནི། འཕགས་པས་བ་སྟོང་  
 བརྟགས་པ་དང་། འཕགས་པ་མ་ཡིན་པས་བ་སྟོང་བརྟགས་པའོ། །ཞེས་ཏེ། གོ་  
 རིམ་བཞིན་དུ། མཐོང་བ་དང་། ཐོས་པ་དང་། ཁྱེ་བྲག་སྟེང་པ་དང་། རྣམ་པར་གཤམ་  
 པའི་དོན་རྣམས་ལ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་བརྗོད་པ་དང་། ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་མ་ཡིན་པར་  
 བརྗོད་པའོ། །

དྲི་ལ་ཡང་རོ་བོ་འཕམ་པ་གཞིན་གྱི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་ན། དྲི་ཞེས་པ་དང་། དྲི་ར་  
 པ་དང་དྲི་མཉམ་པ་ཞེས་ཏེ་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་སྒྲའི་དབང་པོ་ལ་ཕན་པ་དང་། གཞིན་  
 པ་དང་། དེ་གཉིས་ཀ་སྤྱི་བྱེད་པའི་དྲིའོ། །ཁྱའི་སྒྲོ་ནས་སམ་སྟེ་རྒྱལ་གྱི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་ན།  
 ལྷན་ཅིག་སྟེས་པ་དང་། ལྷུང་པ་ལས་བྱུང་བ་དང་། ལྷུང་པ་ལས་བྱུང་བའོ། །ཞེས་ཏེ།

གོ་རིམ་བཞིན་དུ། ཅན་དན་དང་གུར་གུམ་ལ་སོགས་པ་དྲི་དང་། བདུག་སྒྲོས་རི་ལུ་  
ལ་སོགས་པ་དྲི་དང་། ལ་སྒྲུ་སྒྲིན་པ་སོགས་ཀྱི་དྲི་རྣམས་སོ། །

རོ་ལ་མཆན་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་བ་ནི་ཁ་བ་དང་། སྐྱར་བ་དང་། ཆ་བ་  
དང་། སྐྱ་བ་དང་། ལན་ཆ་དང་། མངར་བའོ། །ཞེས་ཏེ། གོ་རིམ་བཞིན་དུ། ཉིག་ཏ་  
དང་། སྐྱ་རུར་དང་། བི་བི་ལིར་དང་། ལ་རུར་དང་། ལན་ཆ་དང་། ཤིར་མངར་གྱི་  
རོ་ལ་བུའོ། །དུག་པོ་འདི་དག་ནི་རོ་འི་རྩ་བ་དྲི་དབྱེ་བ་ཡིན་ལ་འདི་དག་ལྷན་ཅིག་  
སྐྱར་བའི་རོ་འི་དབྱེ་བ་ནི་མཐའ་ཡས་སོ། །པན་གཞོད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ཡིད་དུ་འོར་བ་ལ་  
སོགས་པ་གསུམ་དང་། སྐྱེ་ཚུ་པ་གྱི་སྒྲོ་ནས་ལྷན་གཅིག་སྐྱེས་པ་ལ་སོགས་གསུམ་སྟེ་  
གོ་སྐྱ་བར་ཟད་འོ། །

རིག་བྱའི་དབྱེ་བ་ལ་ཀུན་ཏུ་གནས་པས་པས་བཞག་པ་ནི། འཇམ་པ་ཉིད་  
དང་། རྩལ་པ་ཉིད་དེ། དེ་དག་ནི་གོ་རིམ་བཞིན་དུ། མི་རྩལ་ཅིང་། མཉམ་ལ། སྤྲད་  
བཟོད་པ་དང་། དེ་ལས་བསྒྲེག་པ་ཡིན་འོ། །ཀུན་ཏུ་གཞལ་པས་བཞག་པ་ནི། ཡང་  
བ་ཉིད་དང་། ལྷི་བ་ཉིད་དེ། གོ་རིམ་བཞིན་དུ་འདེགས་སྤྲ་ཤིང་སྤང་མགོ་མཐོ་བར་  
བྱེད་པ་དང་། དེ་ལས་སྒྲེག་པ་ཡིན་འོ། །རིག་པས་བཞག་པ་ནི། གཉམ་པ་ཉིད་དེ།  
དེ་ནི་གྲུ་ཡེ་ལ་གྱི་རིག་བྱ་ལྷར་ནེས་ནེས་པོར་གྱུར་པ་ཡིན་འོ། །ཀུན་ཏུ་བརྩིར་པས་  
བཞག་པ་ནི། ལྷོད་པ་དང་། ལྷོད་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དེ། དེ་དག་ནི་བྱ་གྲོད་ཀྱི་འབོལ་  
ལྷར་གནན་བཟོད་པ་དང་། པ་བོར་ལྷར་གནན་མི་བཟོད་པའི་རིག་བྱའོ། །

འདུས་པས་བཞག་པ་ནི། གྲང་བ་དང་འགྲེད་པ་སྟེ། དེ་དག་ནི་རྩུ་དང་རྩུར་

འདུས་པ་དང་། རྒྱ་དང་ས་འདུས་པའི་རེག་བྱའོ། །ཁམས་སྟོམས་པ་ལས་ནི། དལ་  
སོས་པ་དང་། ཉམས་ཡོད་པ་དང་། སྦྱངས་ཆེ་བ་རྣམས་ཏེ། དེ་དག་ནི། དལ་དུབ་  
ཀྱིས་འབྱུང་བ་མི་ཉམས་པ་མེད་པའི་རེག་བྱ་དང་འབྱུང་བ་རྣམས་ཆ་མཉམ་སྟེ་  
སྟོབས་འཕེལ་བའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་རེག་བྱ་དང་། མི་འཛིགས་ཤིང་བག་ཆ་བ་མེད་  
པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ལུས་ཀྱི་རེག་བྱ་རྣམས་ཡིན་ནོ། །ཆེམ་པ་ནི་ཁམས་སྟོམས་  
པའམ་མ་སྟོམས་པའི་དབང་གིས་བསྐྱེད་མི་འདོད་པར་བྱེད་པའི་རེག་བྱའོ། །  
བགྱེས་པ་ལ་སོགས་པ་ལྷག་མ་རྣམས་ནི་ཁམས་མ་སྟོམས་ཁོ་ན་ལས་བཞག་སྟེ། དེ་  
ལ་བགྱེས་པ་ནི་རྒྱུད་གི་ཁམས་ཤས་ཆེ་བའི་རེག་བྱའི་བྱུང་པར་ཏེ། གང་གིས་བགྱེས་  
པ་ཞེས་པའི་མིང་ཅན་གྱི་བསྐྱེད་དོན་དུ་གཉེར་བའི་འདོད་པ་སྦྱེད་པར་བྱེད་པའོ། །  
སྟོམ་པ་ནི་མེད་ཁམས་ཤས་ཆེ་བའི་རེག་བྱའི་བྱུང་པར་དེ། གང་གིས་སྟོམ་པ་ཞེས་  
པའི་མིང་ཅན་བདུང་བ་དོན་དུ་གཉེར་བའི་འདུན་པ་སྦྱེད་པར་བྱེད་པའོ། །དེ་བས་  
བགྱེས་པ་དང་སྟོམ་པའི་རྒྱུར་གྱུར་པའི་རེག་བྱའི་བྱུང་པར་ལ་འབྲས་བུ་བགྱེས་སྟོམ་  
གྱི་མིང་གིས་བཏགས་པ་ཡིན་ནོ། །

ཉམ་རྒྱུད་པ་ནི་བསྐྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་ལུས་ཀྱི་འབྱུང་བ་རྣམས་རྒྱས་པར་བྱེད་  
པའི་རྒྱ་མ་ཚར་བའི་མཐུས་ལུས་ཀྱི་སྟོབས་བྲི་བའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་རེག་བྱའོ། །  
བརྒྱལ་བ་ནི་རེག་པའི་བྱུང་པར་གང་ཞིག་ལུས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པས་བབྱུང་བ་ན་  
དེའི་མཐུས་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་ལ་སོགས་པའི་འདུག་ཤེས་རྣམས་རེ་ཞིག་རྟུབ་པར་  
འགྱུར་བ་སྟེ། དཔེར་ན་སྟོབས་དང་ལྷན་པས་སྟོག་ཆགས་ཀྱི་གནད་དུ་སྦྱུང་བ་ལས་



བརྒྱལ་བར་འགྱུར་བ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་འདི་ནི་བརྒྱལ་བར་བྱེད་པའི་རིག་བྱའི་  
 རྩད་པར་ལ་བརྒྱལ་བ་ཞེས་མིང་དུ་བྱའི་བརྒྱལ་བའི་གནས་སྐབས་ན་ཡོད་པའི་རིག་  
 བྱ་ཞེས་མི་བྱ་སྟེ། གནས་སྐབས་དེ་ན་དབང་ཤེས་མ་ལུས་པ་འགགས་ན་བརྒྱལ་བ་  
 ཞེས་བྱའི་རིག་བྱ་དེ་ཤེས་པ་གང་གིས་འཛིན། ཤེས་པས་མ་དམིགས་པར་དོན་དེ་  
 ཡོད་དོ། །ཞེས་བ་སྟོང་གདགས་པར་ནུས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཉ་ཅང་ཐལ་བར་འགྱུར་  
 བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་བཤད་པ་སྔ་མ་ཉིད་ཁ་ན་མ་བོ་བ་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་  
 ལྟར་བྱས་ན་རྣམ་འགྲེལ་ལས་འདིས་ནི་འདུས་པ་ལ་སོགས་པའི། །དྲན་པ་ཉམས་  
 སོགས་བཤད་པ་ཡིན། །ནང་དོན་རྩད་པར་ལས་སྐྱེས་པའི། །སློབ་ནི་འགྱུར་བར་  
 བྱེད་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་ཡང་ལེགས་པར་འགྲིག་པ་ཡིན་ནོ། །གཡའ་བ་  
 ནི་བྲག་ལ་གཞོད་པས་འབྱུང་བ་མི་ཉམས་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་རིག་བྱའོ། །ན་བ་  
 ནི་ནང་གསུམ་ཆ་མི་མཉམ་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་རིག་བྱའོ། །ཀླ་བ་ནི་ན་ཆོད་  
 ཡོངས་སུ་འགྱུར་ཏེ་སྟུག་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་རིག་བྱའོ། །འཆི་བ་ནི་གནད་གཅོད་  
 པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་རིག་བྱའོ། །རལ་བ་ནི་འགྲོ་འོང་ལ་སོགས་པའི་རྩོལ་བས་  
 ལུས་ཀྱི་འབྱུང་བ་མི་མཉམ་པར་བྱས་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་རིག་བྱ་ཡིན་ནོ། །

འབྱུང་གྱུར་གྱི་རིག་བྱ་འདི་དག་གྱུར་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་ཆ་ལ་  
 འདོགས་པར་བྱང་གྱི་གཟུགས་སྒྲུབ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་ལོགས་སུ་རྫས་སུ་གྱུབ་པ་  
 ནི་མེད་དེ། དེ་ལྟར་ཡང་རྣམ་པར་གཏན་ལ་དབབ་པ་སྟུ་བར། འཇམ་པ་ཉིད་ལ་  
 སོགས་པ་མདངས་བཟང་པའི་མཐར་ཐུག་པའི་རིག་བྱའི་སྐྱེ་མཆེད་དུ་གང་བསྟན་ནི་

རྒྱུ་བུས་པའི་གཟུགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་ནི་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་དེ་དག་ཉིད་ལ་རྣམ་  
པར་བཞག་ཅིང་དེ་དག་ཉིད་གདགས་པར་རིག་པར་བྱའོ། །ཅེས་གསུངས་གིང་།  
འབྱུང་བ་ཆེན་པོའི་ཆ་གང་ལ་གང་གདགས་པའི་རྒྱལ་ཡང་། དེ་ཉིད་ལས། དེ་ལ་  
འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་དང་བ་ཉིད་ལ་རྟེན་ནས་ནི་འཇམ་པ་ཉིད་གདགས་སོ། །འདུས་  
འབྲེགས་ཉིད་ལ་རྟེན་ནས་ནི་སྟོབ་པ་ཉིད་དོ། །དང་བ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དང་། འདུས་  
འབྲེགས་མ་ཡིན་པ་ལ་རྟེན་ནས་ནི། བརྒྱབ་པ་ཉིད་དང་། ཡང་བ་ཉིད་དོ། །

མ་ཉེན་ཞིང་སྟོབ་པ་ཉིད་ལ་རྟེན་ནས་ནི་ནེམ་ནེམ་པོ་ཉིད་དོ། །རྒྱ་དང་རྒྱུང་  
འབྲེལ་པ་ལས་བྱུང་བ་ཉིད་ལ་རྟེན་ནས་ནི་གྲང་བ་ཉིད་དོ། །ཞི་བར་སྟོན་པ་མ་ཆར་  
བའི་མི་མཉམ་པ་ཉིད་ལ་རྟེན་ནས་ནི་བཀྲེས་པ་དང་སྒྲིམ་པའོ། །ཉམས་རྒྱུང་བ་ཡང་  
དེ་བཞིན་ནོ། །དེ་ཆར་བས་མི་མཉམ་པ་མེད་པ་ལ་རྟེན་ནས་ནི་ཉམས་སྟོབས་དང་  
ཆོས་པའོ། །ལེགས་པར་མ་ཞུ་བས་འབྲུགས་པའི་མི་མཉམ་པ་ལ་རྟེན་ནས་ནི་ནད་དོ། །  
ན་ཆོད་འབྱུང་བའི་མི་མཉམ་པ་ལ་རྟེན་ནས་ནི་རྒྱ་བའོ། །སྒྲིག་གི་དབང་པོ་འབྱུང་  
བའི་མི་མཉམ་པ་ལ་རྟེན་ནས་འཆི་བའོ། །བྲག་ལ་ཀུན་ཏུ་གཞོད་པའི་མི་མཉམ་པ་  
ལ་རྟེན་ནས་ནི་གཡའ་བའོ། །ཞེས་པར་ཟེས་པའི་མི་མཉམ་པ་ལ་རྟེན་ནས་ནི་  
བརྒྱལ་བའོ། །ས་དང་རྒྱ་འབྲེལ་པ་ལ་རྟེན་ནས་ནི་འགྲེད་པའོ། །འགྲོ་བ་དང་འོང་བ་  
དང་ཅལ་བ་དང་འབད་པའི་མི་མཉམ་པ་ལ་རྟེན་པ་ནི་ངལ་བའོ། །དེ་དང་བྲལ་པའི་  
མཉམ་པ་ལས་རྟེན་ནས་ནི་ངལ་སོས་པའོ། །དྲི་མ་ལ་སོགས་པ་བསལ་ཞིང་ཡོངས་  
སུ་ཞུམ་པ་དང་བྲལ་བ་ལ་རྟེན་ནས་ནི་མདངས་བཟང་བ་གདགས་ཏེ། དེ་དག་

བསྐྱེད་པ་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་གནས་སྐབས་དུག་པོ་ནང་འབྱུང་དེ། འདི་ལྟ་  
སྟེ་དང་བ་ཉིད་དང་དང་བ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ལྟན་ཅིག་པ་དང་། འདུས་འབྲེགས་ཉིད་  
དང་འདུས་འབྲེགས་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ལྟན་ཅིག་པ་དང་། སྒྲིབ་པ་ཉིད་དང་། འདྲེས་པ་  
ཉིད་དང་། མི་མཉམ་པ་དང་མཉམ་པ་ལོ། །དེ་ལྟར་གནས་དུག་པོ་དེ་དག་ཡོད་ན་བརྒྱུད་  
དུ་འབྱུང་ལ། བརྒྱུད་ཡོད་ན་ཡང་དུག་དུ་འབྱུང་རོ། །ཅེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

ལུས་ཀྱི་དབང་པོས་རིག་པར་བྱ་བས་ན་རིག་བྱ་ཞེས་བརྗོད་ན་གང་གིས་  
གང་ལ་རིག་པ་དེས་ཀྱང་དེ་ལ་རིག་པ་འདི་ཕྱིར་ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་ཉིད་ཀྱང་རིག་བྱར་  
བྱལ་ལོ། །ཞེ་ན། ཡང་དག་པར་ན་གང་གིས་ཅི་ལ་ཡང་རིག་པ་མེད་དོ། །བདག་  
ཉིད་ཀུན་གྱིས་རིག་ན་གོར་བུ་རྩལ་ཕྱ་རབ་ཀྱི་ཆོད་ཅུང་དུ་འབྱུང་ལ། ཕྱོགས་གཅིག་  
གི་རིག་ན་རྩལ་ཕྱ་རབ་ཆ་དང་བཅས་པར་གྱུར་པ་རྩལ་ཕྱ་རབ་ཉམས་པར་འབྱུང་  
བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བས་ན་ཡུལ་དང་དབང་པོ་བར་མ་ཆད་པར་སྒྲིབ་པ་ན་གང་ལ་ཉེན་  
ནས་རྣམ་པར་ཤེས་པས་ཡུལ་དམིགས་པ་དེས་ཡུལ་ལ་རིག་ཅེས་གདགས་ཀྱི། དེ་  
དག་གི་གནས་དབང་པོ་རྣམས་ལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་ལུས་ཀྱི་དབང་པོས་  
འབྱུང་བ་རྣམས་ལ་རིག་གོ་ཞེས་གདགས་ཀྱི། དེ་དག་ལ་གནས་པའི་གཟུགས་ལ་  
སོགས་པ་ནི་མ་ཡིན་དེ། ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་ལ་ཉེན་ནས་དེ་དམིགས་པའི་རྣམ་པར་  
ཤེས་པ་མི་སྒྲིབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །ལུས་ཀྱིས་མི་ཉོག་ལ་རིག་པ་ན་དེའི་ཁ་དོག་ཉམས་  
པར་འབྱུང་བ་ནི་ལུས་ཀྱི་འབྱུང་བ་རྣམས་ཀྱིས་དེའི་གནས་ཀྱི་འབྱུང་བ་ལ་གཞོན་པ་  
བྱས་པས་ཡིན་གྱི་ཁ་དོག་ཉིད་ལ་རིག་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །



ཡིད་ཀྱི་ཡུལ་གྱི་གཟུགས་བཤད་པ་ནི། ཚེས་ཀྱི་སྒྲེ་མཆེད་དུ་གཏོགས་པའི་  
གཟུགས་གང་ཞེན། དེ་ནི་རྣམ་པ་ལྡར་ལྟ་སྟེ་ཞེས་སོགས་གསུངས་ཏེ། དེ་ལ་བསྟུས་པ་  
ལས་གྱུར་པ་ནི་རྟུལ་ཕྲ་རབ་སྟེ། ཅིའི་ཕྱིར་དེ་ལ་བསྟུས་པ་ལས་གྱུར་པ་ཞེས་བྱ་ཞེན།  
སྟུས་པ་ནི་གཟུགས་འདུས་པ་རྣམས་ཡིན་ལ་དེ་དག་སྟོས་མཐར་རྣམ་པར་བྱེ་ནས་  
རྟུལ་ཕྲ་རབ་རྣམ་པར་འཛོག་ལ། དེའི་ཕྱིར་བསྟུས་པ་ལས་འགྱུར་པ་ཞེས་བྱའོ། །

ཅིའི་ཕྱིར་འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་པའི་ཡིན་ཞེན། འབྱུང་བ་ཡོད་ན་གཟུགས་  
སུ་གདགས་པ་ཡོད་ལ། གཟུགས་སུ་གདགས་པ་ཡོད་ན་ཡང་རྟུལ་ཕྲ་རབ་ཏུ་  
གདགས་པ་ཡང་འབྱུང་ལ། དེའི་ཕྱིར་རྟུལ་ཕྲ་རབ་ཀྱི་གསྐྱེད་འདི་ནི་འབྱུང་བ་ཁོ་ན་  
ལ་རྟེན་ནས་འབྱུང་བས་དེའི་ཕྱིར་འབྱུང་ལས་གྱུར་པ་ཞེས་བྱའོ། གཟུགས་ལ་སོགས་པ་  
བཞིན་དུ་འབྱུང་བ་རྣམས་ཀྱིས་པན་པ་ཞེ་བར་སྟོར་བའི་ཕྱིར་ནི་མ་ཡིན་ཅོ། །འབྱུང་  
གྱུར་དུ་འཛོག་པའི་རྩལ་འདི་ནི་མཛོན་པར་སྐབས་ཡོད་པ་དང་ཡང་དག་པར་སྒྲུབ་  
བ་ལས་བྱུང་བ་དག་ལ་ཡང་འདི་ཁོ་ན་བཞིན་དུ་སྟོང་བར་བྱའོ། །མཛོན་པར་སྐབས་  
ཡོད་པ་ནི་དེ་ལས་གཞན་པ་བསྟོན་བྱེད་ཀྱི་རིག་བྱ་དང་བྲལ་བའོ། །སྟེ་མ་ནི་སྒྲུབ་  
བའི་བྱ་དང་པར་དུ་བྱས་པས་མིག་ཤེས་ཀྱི་ཡུལ་ཡིན་ལ། འདི་ནི་སྒྲུབ་བ་མེད་པས་ཡིད་  
ཤེས་ཁོ་ནའི་སྟོན་ཡུལ་དུ་གྱུར་བའོ། །

ཡང་དག་པར་སྒྲུབས་པ་ལས་བྱུང་བ་ནི་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་མ་ཡིན་པའི་  
གཟུགས་སོ། །རྣམ་པར་རིག་བྱེད་མ་ཡིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཅི་ཞེན། འདི་ལ་བྱེ་  
བྲག་ཏུ་སྟོང་བ་དག །གཡེངས་དང་སེམས་མེད་པའི་ཡང་། དག་དང་མི་དག་རྗེས་

འབྲེལ་གང་། འབྲུང་བ་ཆེ་རྒྱལ་ས་རྒྱུར་བྱས་པ། དེ་ནི་རྒྱལ་རིག་བྱེད་མིའ་བརྗོད།  
 ཅེས་བཤད་པས། དུས་ནི་སེམས་གཡེངས་པ་དང་མ་གཡེངས་པ་དང་། སེམས་  
 ཡོད་པ་དང་། མེད་པའི་གནས་སྐབས་ཀུན་ཏུ་རྒྱུན་དུ་འབྲུང་བའོ། །རྩོ་བོ་ནི་དགོ་  
 བའམ་མི་དགོ་བ་གང་རུང་དུ་གནས་ཀྱི་འདི་ལ་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་ནི་མེད་དེ། འདི་  
 ཀུན་ནས་སྟོང་བའི་རྒྱ་ནི་ཉིང་དེ་འཛིན་དང་ལུས་ངག་གི་རྒྱལ་པར་རིག་བྱེད་སྟོབས་  
 ལྡན་ཁོ་ཅི་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །སྒྲིམ་དུ་བསམས་སོ། །སྒྲིལ་མཉམ་གྱི་རྒྱ་ནི་འབྲུང་བ་  
 ཆེན་པོ་བཞི་རྒྱུར་བྱས་པ་ལས་བྱུང་བའོ། །དེ་ཡང་གཟུགས་ཅན་ཡིན་པའི་བྱིར་ལུས་  
 ངག་ཡིད་ལས་ཡིན་གྱི་ཡིད་ཀྱི་ལས་ནི་མ་ཡིན་ལ་བསྟན་དུ་མེད་ཅིང་ཐོགས་པ་མེད་ལ།  
 རང་ཀུན་ནས་སྟོང་བའི་སེམས་རིག་པར་མི་བྱེད་པས་དེའི་བྱིར་རྒྱལ་པར་རིག་བྱེད་  
 མ་ཡིན་པ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལྟ་བུའི་སའོན་ཉིད་ཅན་གྱི་རྒྱལ་པར་རིག་བྱེད་མ་ཡིན་པ་  
 དེ་ཡང་རྒྱལ་པ་གསུམ་ཏེ། འདོད་པར་གཏོགས་པ་དང་། གཟུགས་སུ་གཏོགས་པ་  
 དང་། ཟག་པ་མེད་པའོ། །གཟུགས་མེད་པར་གཏོགས་པ་ནི་མེད་དེ་དེ་ནི་ལུས་ངག་  
 གི་ལས་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །

འདོད་པར་གཏོགས་པ་དེ་ཡང་སྟོམ་པ་དང་། སྟོམ་པ་མ་ཡིན་པ་དང་།  
 བར་མའོ། །སྟོམ་པ་ནི་སྟོང་བ་བདུན་གྱི་རང་བཞིན་འཆལ་ཚུལ་གྱི་རྒྱུན་འགོག་པར་  
 བྱེད་པའི་གཟུགས་ཚུ་ལོན་ལྟ་བུའོ། །སྟོམ་པ་མ་ཡིན་པ་ནི་སྟོམ་པའི་མི་མཐུན་  
 ཐོགས་སུ་གྱུར་པ་འཆལ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་གྱི་རང་བཞིན་སྟོམ་པ་དང་ལྡན་པའི་རྒྱུད་  
 ལ་བསྟན་མི་འབྲུང་བའོ། །བར་མ་ནི་སྟོམ་པ་དང་ལྡན་པ་དང་། སྟོམ་མིན་ཅན་

ལའང་འབྱུང་བའི་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་མ་ཡིན་པའོ། །འདི་དག་ནི་ལུས་ངག་གི་རྣམ་  
པར་རིག་བྱེད་གྱི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ་ཁོ་ན་ཡིན་པོ། །གཟུགས་སུ་གཏོགས་པ་ནི་བསམ་  
གཏན་གྱི་སྒྲིམ་པ་ཡིན་ལ་དེ་ནི་ཟག་བཅས་གྱི་བསམ་གཏན་བསྒྲིམས་པས་འབྲོབ་  
པ་ཡིན་པོ། །ཟག་མེད་ནི་ཟག་པ་མེད་པའི་སྒྲིམ་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་བསམ་གཏན་  
པ་དུག་ཟག་མེད་བསྒྲིམས་པས་བྲོབ་པ་ཡིན་པོ། །རྒྱས་པར་ནི་འོག་ཏུ་འཆད་པའི་  
ཕྱིར་མ་སྒྲིས་སོ། །དེ་ལ་བྱེ་བྲག་ཏུ་སྒྲིབ་རྣམས་ཀྱིས་ཀུན་ཏོགས་པའི་རྣམ་པར་རིག་  
བྱེད་མ་ཡིན་པའི་གཟུགས་རྣམས་སུ་གྱུབ་པ་དེ་ལྟ་བུ་ནི་ཆོད་མ་གསུམ་གྱིས་མ་གྱུབ་  
པའི་ཕྱིར་འདིར་ཁས་མི་ལེན་གྱི་འོན་ཀྱང་ལུས་ངག་གི་ལས་དགེ་བ་དང་མི་དགེ་  
བར་གྱུར་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་བསྟན་དུ་མེད་ཅིང་ཐོགས་པ་མེད་པ་ཡང་ཡིན་པས་  
གཞན་གྱི་མཛོན་སུམ་གྱི་ཡུལ་དུ་མ་གྱུར་པའི་ཕྱིར་གཞན་ལ་རང་ཀུན་སྒྲོང་གི་  
སེམས་རིག་པར་མི་བྱེད་ལ། འདི་དག་ནི་བྱ་སྒྲུབ་འཇུག་པ་གཟུགས་ཁོ་ན་ལ་རག་  
ལས་པས་དུལ་ཕྱན་བཞིན་དུ་གཟུགས་ཅན་དང་འབྱུང་འབྱུར་དུ་བཞག་ལ། དེའི་  
ཕྱིར་འདི་ལ་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་མ་ཡིན་པའི་གཟུགས་ཞེས་བྱའོ། །

ལུས་ངག་གི་ལས་དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བར་གྱུར་པ་དེ་ནི་ད་གཟུགས་གྱི་  
རང་བཞིན་ཡིན་ནམ་འོན་ཏེ་མ་ཡིན། དེ་ལས་ཅི་འབྱུང་། དང་པོ་ལྟར་ན་བྱེ་བྲག་ཏུ་  
སྒྲིབ་པའི་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་མ་ཡིན་པའི་གཟུགས་ཁས་སྒྲུངས་པ་ལ་སྒྲུབ་དུ་ཅི་ཡོད།  
གཉིས་པ་ལྟར་ན་ཡང་། གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པ་ལ་དེར་བསྟན་པ་ལ་ཡང་ཡོན་ཏན་  
ཅི་ཞིག་ཡོད་ཅི་ན། སྒྲིབ་པ་གཟུགས་ཅན་མཚན་ཉིད་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་དག་ནི་



དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བའི་རང་བཞིན་ཡིན་ལ། གཟུགས་དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བར་  
འདོད་པ་ཡང་ཤུག་ཏུ་སྒྲིལ་པོ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན། གཟུགས་ཀྱིས་  
འདི་རྣམ་པར་འཛོག་པས་དེའི་སྤྱིར་གཟུགས་ཅན་ཡིན་ལོ། །

དེའི་སྤྱིར་རྣམ་པ་བཤད་པའི་རིགས་པ་ལས་ཀྱང་གཟུགས་ཀྱི་དོན་རྣམ་པ་  
གསུམ་དུ་གསུངས་ཏེ། རི་སྐད་དུ། འདི་ལྟར་གཟུགས་ཀྱི་དོན་ནི་རྣམ་པ་གསུམ།  
ཡུལ་ཏྲག་ཏུ་རུང་བའི་དོན་དང་། ལག་པ་ལ་སོགས་པའི་འདུས་ཏེ་རིག་པ་དག་གིས་  
འགྱུར་བ་བསྐྱེད་པར་གཟུགས་སུ་རུང་བའི་དོན་དང་། གཟུགས་ཀྱིས་དེ་དག་  
གདགས་པ་གཟུགས་སུ་རུང་བའི་དོན་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་བསྟན་དུ་ཡོད་པའི་  
གཟུགས་འདི་ནའོ་པའི་ནའོ་ཞེས་ཡུལ་བཏྲག་ཏུ་རུང་བའི་སྤྱིར་གཟུགས་ཡིན་པ་དང་།  
སོགས་པ་དང་བཅས་པའི་གཟུགས་ལག་པ་ལ་སོགས་པའི་འདུས་ཏེ་རིག་པ་དག་  
གིས་འགྱུར་བ་བསྐྱེད་པ་གཟུགས་སུ་རུང་བའི་སྤྱིར་གཟུགས་ཡིན་པ་དང་། བསྟན་  
དུ་མེད་ཅིང་སོགས་པ་མེད་པའི་གཟུགས་ལུས་དང་རག་གི་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་མ་  
ཡིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་གཟུགས་ཀྱིས་དེ་གདགས་པས་གཟུགས་སུ་རུང་བའི་སྤྱིར་གཟུགས་  
ཡིན་ལོ། །འདི་ལྟར་དེ་ནི་ལུས་དང་རག་གཉིས་མེད་ན་གདགས་སུ་མེད་པ་ཡིན་ཏེ།  
གཟུགས་མེད་པ་ན་དེ་གདགས་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཅེས་བཤད་པ་ཡིན་ལོ། །འོ་  
ན་གཟུགས་མ་ཡིན་ན་འདིའི་རང་བཞིན་ཅི་ཡིན་ཅི་ན། གློག་གཙོད་དང་དེ་གློད་བ་  
ལ་སོགས་པ་ལུས་དང་རག་གི་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་སྟོབས་ལྡན་ཀུན་ནས་སྟོང་བར་  
བྱེད་པའི་སེམས་བྱུང་སེམས་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་ལོ། །

ཅིའི་ཕྱིར་འདི་ལུས་དང་དག་གི་ལས་ཡིན་ཅེ་ན། འདིས་ལུས་དང་དག་གི་  
རྣམ་པར་རིག་བྱེད་འཇུག་པར་བྱེད་པ་དེའི་ཕྱིར་ལུས་དང་དག་གི་ལས་ཞེས་བྱ་སྟེ།  
དཔེར་ན་སེམས་མཛོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་ལ་ཡིད་གྱི་ལས་ཞེས་པ་བཞིན་ནོ། །ཅིའི་  
ཕྱིར་དེ་ལྟ་བུའི་སེམས་པ་ལ་སྟོག་གཅོད་པ་དང་། མ་བྱིན་པར་ལེན་པ་ཞེས་བྱ་ཞེ་ན།  
འདིས་གཞན་གྱི་སྟོག་འགོག་པར་བྱེད་ཅིང་མ་བྱིན་པར་ལེན་པར་བྱེད་པས་དེའི་  
ཕྱིར་དེ་སྐད་ཅེས་བྱའོ། །ཇི་ལྟར་ཞེ་ན། འདིས་སྦྱེད་པའི་ལུས་དང་དག་གི་རྣམ་པར་  
རིག་བྱེད་དག་གིས་བྱ་བ་དེ་དང་དེ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དེས་བྱས་ཞེས་བརྗོད་དོ། །དཔེར་  
ན་ཆོས་རྒྱུན་པས་བཏང་བའི་སེས་སྟེགས་པ་ལ་ཆོས་རྒྱུན་གྱིས་གྲོང་བསྟེགས་ཞེས་  
པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལྟ་བུའི་སེམས་པ་དེ་ཡང་རྣམ་པ་གསུམ། འགྲོ་བ་དང་། དེས་པ་  
དང་། གཡོ་བའི་སེམས་པའོ། །

དང་པོ་གཉིས་ཀྱི་ནི་བསམས་ལ། ཕྱི་མས་ནི་ཡུལ་དག་གི་རྣམ་པར་རིག་  
བྱེད་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་གཉིས་ནི་རྒྱའི་དུས་ཀྱི་ཀུན་སྟོང་དང་།  
སེམས་དཔའི་ལས་ཞེས་བྱང་བྱ་ལ། ཕྱི་མ་ནི་དེའི་དུས་ཀྱི་ཀུན་སྟོང་དང་། བསམས་  
པའི་ལས་ཞེས་བྱའོ། །གང་ལ་ལུས་དང་དག་གི་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་འཇུག་པ་མེད་  
པ་དེ་ལ་ནི་ཇི་སྐད་བཤད་པའི་སེམས་པ་དེ་དག་གཏགས་སུ་མེད་དེ་གཟུགས་མེད་  
པའི་ཁམས་བཞིན་ནོ། །དེ་བས་ན་སེམས་པ་དེ་དག་རྣམ་པར་འཛོག་པ་ནི་ལུས་དང་  
དག་གི་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་དག་ལ་ལྟོས་ལ། ལུས་དག་གི་རིག་བྱེད་དེ་དག་གྱང་  
འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་ལ་ལྟོས་པས་མཐར་དེ་རྣམ་པར་འཛོག་པ་འབྱུང་བ་ལ་ལྟོས་པའི་

ཕྱིར་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་རྒྱ་བྱས་པ་ཞེས་བརྗོད་དོ། །དེ་ལྟར་ན་ལུས་དང་དག་གི་ལས་  
ནི་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་དང་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་མ་པ་གཉིས་ཡིན་ལ། རྣམ་པར་རིག་  
བྱེད་དག་ནི་གཟུགས་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དགེ་བའམ་མི་དགེ་བར་འགྱུར་དེ། ཁ་  
དོག་ལ་སོགས་པ་སྒྲེ་མཆེད་གཟུགས་ཅན་དག་དགེ་བའམ་མི་དགེ་བར་འགྱུར་བ་  
འདོད་པ་ཡང་ཤུག་ཏུ་སྒྲུབ་པ་ཡིན་ཞེས། ལས་སྒྲུབ་པའི་རིགས་པ་ལས་བཤད་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །དེ་བས་ན་རི་སྒྲན་བཤད་པའི་མཆོམ་ཉིད་ཅན་གྱི་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་མ་  
ཡིན་པ་ཁོ་ན་དགེ་བའམ་མི་དགེ་བར་གྱུར་པའི་ལུས་དག་གི་ལས་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་ན་འདིར་ཡང་དག་པར་བླངས་པ་ལས་བྱུང་བ་ཞེས་པས་དངོས་སུ་  
སོ་སོར་བར་པའི་སྒྲོམ་པས་བསྐྱུས་པའི་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་མ་ཡིན་པ་བསྐྱེད་ནས།  
དེས་མཆོམ་སྟེ། བསམ་གཏན་དང་ཟག་པ་མེད་པའི་སྒྲོམ་པ་དང་། སྒྲོམ་པ་མ་ཡིན་པ་  
དང་། བར་མའི་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་མ་ཡིན་པ་དག་གྱུར་བསྐྱེད་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །  
ཀྱང་བརྟགས་པ་ནི་མི་སྤྲུག་པ་སྒྲོམ་པའི་ཡིད་ལ་རྣམ་པར་སྒྲོམ་པ་ལ་སོགས་པ་འམ།  
གང་རུས་གྱི་རྣམ་པར་གསལ་བར་སྒྲུང་བ་གང་ཡིན་པའོ། །དབང་འབྱུང་པ་ནི་ཟད་  
པར་ལ་སོགས་པ་འཛིག་ཏེན་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་སྒྲོད་ཡུལ་དུ་སྒྲུང་བའི་ས་ཁུ་ལ་  
སོགས་པའི་གཟུགས་བརྒྱན་གང་ཡིན་པའོ། །ཅིའི་ཕྱིར་འདི་དག་ལ་འབྱུང་བ་རྒྱར་  
བྱས་པ་ཞེས་བྱ་ཞེ་ན། མི་སྤྲུག་པ་དང་ཟད་པར་ལ་སོགས་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་དེ་དག་  
ནི་གཟུགས་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་དམིགས་ཡུལ་དུ་བྱས་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ལ།  
གཟུགས་ཅན་དེ་དག་གྱུར་འབྱུང་བ་རྣམས་ལ་ཏེན་པས། བར་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་དག་



ལ་རྟེན་ནས་བྱུང་བའི་ཕྱིར་འབྲས་བུའི་གཟུགས་ཞེས་བྱའོ། །དངོས་སུ་ནི་ཏིང་ངེ་  
འཛིན་ལ་རྟེན་པ་ཡིན་གྱི། འབྱུང་བ་རྣམས་ལ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། གཏན་ལ་དབབ་པ་  
བསྟུ་བར། ཚེས་ཀྱི་སྒྲེ་མཆེད་དུ་གཏོགས་པའི་གཟུགས་སྟོམས་པར་འཇུག་པའི་  
འབྲས་བུ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་ལ་རྟེན་པ་ཁོ་ན་ཡིན་པར་རིག་  
པར་བྱའོ། །འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་ལ་རྟེན་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དང་རིགས་མཐུན་པའི་  
གཟུགས་བརྒྱན་ལ་དམིགས་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ལས་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་  
རྣམས་རྒྱུར་བྱས་པ་ཞེས་བྱའི་དེ་ལ་རྟེན་ཏེ་སྒྲེས་པ་ནི་མ་ཡིན་ལོ། །ཞེས་བཤད་པ་  
ཡིན་ལོ། །ཏིང་ངེ་འཛིན་ནི་ཡང་འཇིག་རྟེན་པ་ཁོ་ན་ལ་རྟེན་པ་ཡིན་གྱི་འཇིག་རྟེན་  
ལས་འདས་པ་དག་ལ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་རྣམས་སྒྲིས་པ་མེད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཡང་དེ་ཉིད་ལས། འཇིག་རྟེན་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་  
དར། ཟག་པ་མེད་པ་ལ་རྟེན་ནས་སྒྲེ་བ་ཡིན་གྱི་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་ལ་ནི་མ་  
ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་སྒྲིས་པ་མེད་པའི་རྣམ་པ་དང་བཅས་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་འཇིག་རྟེན་གྱི་  
རྒྱ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གང་གསུངས་པ་ཡིན་ལོ། །འདི་དག་ནི་ཁ་  
དོག་གི་གཟུགས་ཡན་གར་པ་ཁོ་ན་ཡིན་གྱི་འབྱུང་བ་དང་འབྱུང་བ་ལས་རྒྱུར་པའི་  
གཟུགས་གཞན་ནི་འདི་དག་ལ་མེད་དེ། ཇི་སྐད་དུ། དེ་ཉིད་ལས། དེ་ལ་ཚེས་ཀྱི་སྒྲེ་  
མཆེད་དུ་གཏོགས་པའི་གཟུགས་སྟོམས་པར་འཇུག་པའི་འབྲས་བུ་ལ་ནི་ཁ་དོག་  
ཅུ་ཁོ་ན་ཡོད་པར་རིག་པར་བྱའོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེན། དེ་ལས་གཞན་པ་དྲི་ལ་

སོགས་པ་སྟེ་པའི་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་  
ཆོས་ཀྱི་སྟེ་མཆེད་དུ་གཏོགས་པའི་གཟུགས་འདི་དག་ལ་དང་པོ་གསུམ་ནི་བཏགས་  
པར་ཡོད་པ་ཡིན་ལ། ཕྱི་མ་གཉིས་ནི་རྫས་སུ་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། བརྗོད་པ་སོགས་ལ་མི་  
ལྟོས་པར། ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་ཡུལ་དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ཡང་ཆོས་ཀྱི་སྟེ་  
མཆེད་དུ་གཏོགས་པའི་གཟུགས་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ་རྫས་སུ་ཡོད་པ་དང་།  
བཏགས་པའི་ཡོད་པའོ། །མཐུ་ལས་བྱུང་བའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་སྟོན་ཡུལ་སྟུལ་པ་ལྟ་  
བུ་དེའི་འབྲས་བུ་དང་དེའི་ཡུལ་དང་དེ་མཆུངས་པར་ལྡན་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་  
ཡུལ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་རྫས་སུ་ཡོད་པ་ཡིན་ཅོ། །སྟོམ་པ་དང་སྟོམ་པ་མ་ཡིན་པར་  
གཏོགས་པ་ནི་བཏགས་པའི་ཡོད་པ་ཡིན་ཅོ། །ཞེས་བཤད་པ་ཡིན་ཅོ། །

དེའི་ཕྱིར་སྐྱེས་པ་གསུམ་ནི་གཟུགས་སུ་ཉི་བར་བཏགས་པ་ཅུམ་ཡིན་ལ། ཕྱི་  
མ་གཉིས་ནི་གཟུགས་མཆོན་ཉིད་པ་ཡིན་ཏེ། མཉམ་པར་བཞག་པའི་ཡིད་ཀྱིས་ཁ་  
དོག་དང་དབྱིབས་ཀྱི་བྱུང་པར་འདི་དང་འདིའོ་ཞེས་གཟུགས་ཅན་དུ་བཞག་ཏུ་རུང་  
པའི་ཕྱིར་དང་མཉམ་པར་བཞག་པའམ་མ་བཞག་པའི་ཡིད་ཀྱིས་ཁ་དོག་དང་  
དབྱིབས་ཀྱི་བྱུང་པར་དེ་དང་དེར་བཞག་དུ་རུང་བ་ཡང་ཡུལ་དབྱུང་པའི་གཟུགས་  
རུང་གི་མཆོན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་གྱེ་བཤད་དུ་ཀུན་བཞགས་པ་དང་།  
དབང་འབྱོར་པ་གཉིས་སྒྲུང་མཁན་གྱི་ཤེས་པ་ལས་གྲུད་ན་མེད་པའི་ཕྱིར་གཟུགས་  
ཅན་གྱི་དབྱེ་བར་མ་བཤད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ཡང་དབྱིག་གཉིན་གྱི་དགོངས་པ་  
ཡིན་སྟེ་གྲུང་འབགས་པ་འདིའི་གཞུང་རྣམས་དང་ཤིན་ཏུ་ཡང་འགལ་བ་ཡིན་ཅོ། །

དེའི་ཕྱིར་བྱེ་བཤད་ལ་བརྟེན་ནས་འདི་དག་ག་ཟུགས་མཚན་ཉིད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
སྒྲ་བ་ནི་གཞུང་དོན་ལེགས་པར་མི་ཤེས་པ་ཡིན་ནོ། །དེས་ག་ཟུགས་ཀྱི་ཕྱར་པོའི་རྣམ་  
པར་བཞག་པ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

དེའི་འོག་རྩ་ཆོར་བའི་ཕྱར་པོ་གཏན་ལ་འབེབས་པར་བཞེད་ནས་ཆོར་  
བའི་ཕྱར་པོའི་རྣམ་པར་བཞག་པ་གང་ཞེན་ཞེས་དྲིས་པའོ། །དེ་ལ་ཆོར་བའི་ཕྱར་པོ་  
རོ་བོ་ཉིད་དང་། གནས་སྒྲིམ་པ་དང་། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་། རྣམ་པར་བྱང་  
བས་རྣམ་པར་བཞག་གོ། །དེ་ལ་རོ་བོ་ཉིད་ལས་བཞག་པ་ནི་རྟེན་གྱི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་ན།  
ཆོར་བའི་ཆོགས་དུག་སྟེ། འདི་ལྟར་བདག་རྒྱུན། མིག་གི་རྟེན་ཅན་གྱི་འདུས་ཏེ་  
རེག་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཆོར་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ། རྩ་བ་དང་། སྒྲ་དང་། རྩེ་དང་།  
ལུས་དང་། ཡིད་གྱི་འདུས་ཏེ་རེག་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཆོར་བ་རྣམས་སོ། །

རོ་བོའི་སྒྲོ་ནས་དེ་དག་རེ་རེ་ལ་ཡང་གསུམ་གསུམ་སྟེ་འདི་ལྟར་ཆོར་བ་  
གང་སྒྲིམ་ན་འབྲལ་བར་མི་འདོད་ཅིང་འགགས་ནས་ཕྱད་འདོད་ཀྱི་སྒྲོ་ངང་གི་འབྱུང་  
བ་བདེ་བ་དང་། ཆོར་བ་གང་སྒྲིམ་ན་འབྲལ་བར་འདོད་ཅིང་འགགས་ནས་ཕྱད་  
པར་མི་འདོད་པ་སྟུག་བསྐྱལ་དང་ཆོར་བ་གང་ལ་དེ་གཉིས་ཀ་མི་འབྱུང་བ་ནི་སྟུག་  
བསྐྱལ་ཡང་མ་ཡིན་བདེ་བ་ཡང་མ་ཡིན་པའི་ཆོར་བ་བཏང་སྒྲིམས་ཞེས་བྱའོ། །མིག་  
གི་འདུས་ཏེ་རེག་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཆོར་བ་ལྟ་བུ་གཅིག་ལ་ཡང་བདེ་སོགས་གསུམ་  
ག་འབྱུང་བར་བསྟན་པའི་ཕྱིར་ཆོག་རེ་རེ་ལ་ཡང་རུང་ཞེས་སྒྲིམ་པ་ཡིན་ནོ། །

གནས་སྒྲིམ་པ་ལ་ག་ཟུགས་ཅན་གྱི་གནས་སྒྲིམ་པ་ནི། བདེ་བ་ལུས་ཀྱི་ཡང་



རུང་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པའོ། །གཟུགས་མེད་པའི་གནས་སྟོམ་པ་ནི། བདེ་བ་སེམས་  
ཀྱིས་ཡང་རུང་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་སྟེ་སྒར་བཤད་པའི་ཚོར་བ་བདེ་སྟུག་བཏང་  
སྟོམས་གསུམ་པོ་དེ་དག་རེ་རེ་ལ་ཡང་གནས་ལུས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་བྱེ་བྲག་ལས་  
ལུས་ཀྱི་ཚོར་བ་དང་སེམས་ཀྱི་ཚོར་བ་གཉིས་གཉིས་ཡོད་ཅེས་པའོ། །ཀྱམ་ནས་  
ཉོན་མོངས་དང་རྣམ་བྱང་གིས་རྣམ་པར་བཞག་པ་ལ་ཡང་གཉིས་ལས། རེ་ཞིག་  
འཛིན་ཚོགས་ལ་ཆགས་བྲལ་གྱི་སྒར་བྱ་དང་གཉིན་པོའི་དབང་དུ་བྱས་པ་ནི། བདེ་  
བ་ཟང་ཟིང་དང་བཅས་པ་ཡང་རུང་། ཞེས་པ་ནས། སྟུག་བསྐྱལ་ཡང་མ་ཡིན་བདེ་  
བ་ཡང་མ་ཡིན་པ་ཟང་ཟིང་མེད་པ་ཡང་རུང་ཞེས་པའི་བར་དེ། ཚོར་བ་བདེ་སོགས་  
དེ་དག་རེ་རེ་ལ་ཡང་བདག་ཏུ་འཛིན་པས་བཅིངས་པ་འདས་ལས་གྱིས་གཞོམ་པར་  
བྱ་བ་ཟང་ཟིང་དང་བཅས་པ་དང་། བདག་འཛིན་དང་བྲལ་བ་ཟང་ཟིང་མེད་པ་  
གཉིས་གཉིས་ཡོད་དོ་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །

འཛིན་པའི་ཆགས་བྲལ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་ནི། བདེ་བ་ཞེན་པ་རྟེན་པ་  
ཡང་རུང་ཅེས་པ་ནས་སྟུག་བསྐྱལ་ཡང་མ་ཡིན་བདེ་བ་ཡང་མ་ཡིན་པ་ཞེན་པ་རྟེན་  
པ་ཡང་རུང་ཞེས་པའི་བར་དེ། བདེ་སོགས་རེ་རེ་ལ་ཡང་འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་ལ་  
སྤེད་པས་བཅིངས་པ་ཞེན་པ་རྟེན་པ་དང་། དེ་ལྟ་བུའི་སྤེད་པ་དང་བྲལ་བ་མངོན་  
པར་འབྱུང་བ་བརྟེན་པའི་ཚོར་བ་གཉིས་གཉིས་ཡོད་ཅེས་པའོ། །ལུས་དང་སེམས་  
ལ་རྟེན་པ་ནི་ཚོར་བ་འབའ་ཞིག་ཏུ་མ་ཟད་སེམས་ལས་བྱུང་བ་གཞན་དག་ཀྱང་ཡོད་  
པ་མ་ཡིན་ནམ་ཅིའི་ཕྱིར་ཚོར་བ་འབའ་ཞིག་ལུས་དང་སེམས་ཀྱི་ཚོར་བ་གཉིས་སུ་

འབྱེད་ཅེ་ན། བདེན་མོད་གྱི་འོན་ཀྱང་ཚོར་བ་རྣམས་གྱིས་རང་གི་གནས་ལ་ཕན་པ་  
དང་གཞོན་པར་འགྱུར་བ་དེ་ལྟར་ནི་སེམས་དང་སེམས་བྱུང་གཞན་གྱིས་ཕན་གཞོན་  
དུ་འགྱུར་བ་མེད་དོ། །

དེ་ཕྱིར་ཚོར་བ་གང་གིས་རང་གི་གནས་དབང་པོ་དང་བཅས་པའི་ལུས་ལ་  
ཕན་གཞོན་དུ་འགྱུར་བ་དེ་ནི་ལུས་གྱི་ཚོར་བ་ཞེས་བྱ་ལ། སེམས་ལ་ཕན་གཞོན་དུ་  
འགྱུར་བ་དེ་ནི་སེམས་གྱི་ཚོར་བ་ཞེས་བཞག་གོ། །དེ་ལྟར་ན་བཏང་སྟོམས་ཅིའི་ཕྱིར་  
ལུས་དང་སེམས་གྱི་ཚོར་བ་འགྱུར་དེ་དེས་དེ་དག་ལ་ཕན་པ་དང་གཞོན་པ་གང་ཡང་  
མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ནི་དེ་ལྟ་བུའི་རིགས་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དེར་བཞག་གོ། །  
ཚོར་བ་ལས་གཞན་པའི་སེམས་དང་སེམས་འབྱུང་རྣམས་ལ་ཡང་ཟང་ཟིང་དང་  
བཅས་པ་དང་ཟང་ཟིང་མེད་པ་དང་། ཞེན་པ་རྟེན་པ་དང་། མཛོན་པར་འབྱུང་བ་རྟེན་  
པ་གཉིས་གཉིས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཅིའི་ཚོར་བ་འབའ་ཞིག་ལ་དེ་དག་དུ་འབྱེད་ཅེ་ན།  
འདི་ལ་སྒྲིམ་པ་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་གཞན་དག་ལ་ཟང་ཟིང་དང་བཅས་  
པ་དང་། དེ་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་མེད་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། རབ་དབྱེའི་ཐད་དུ་བྱུང་པོ་  
ཁམས་དང་སྒྲེ་མཆེད་ཀུན་དེ་དག་གཉིས་གཉིས་སུ་འབྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

འོན་ཀྱང་འདིར་ནི་སེམས་སེམས་བྱུང་རྣམས་གྱི་ནང་ནས་ཟང་ཟིང་དང་  
བཅས་པ་དང་ཞེན་པ་རྟེན་པར་འཛོག་པའི་ཚོས་གྱི་རྒྱུའི་གཙོ་བོ་ཚོར་བ་ཡིན་པས།  
དེའི་ཕྱིར་ཚོར་བ་གང་ཟང་ཟིང་དང་བཅས་པ་དང་། ཞེན་རྟེན་དུ་འཛོག་པའི་ཚོས་གྱི་  
རྒྱ་བྱེད་པ་དེ་དག་ལ་ནི་ཟང་ཟིང་དང་བཅས་པ་དང་། ཞེན་པ་རྟེན་པའི་ཚོར་བ་ཞེས་

བྱ་ལ། གང་དེ་དག་གི་རྒྱ་མི་བྱེད་པའི་ཚེར་བ་ལ་ཟང་ཟིང་མེད་པ་དང་། མདོན་པར་  
འབྱུང་བ་རྟེན་པའི་ཚེར་བ་ཞེས་བཞག་པ་ཡིན་ནོ། །

ཟང་ཟིང་དང་བཅས་པ་དང་། ཞེན་པ་རྟེན་པར་འཛིག་པའི་ཚུལ་ནི་གང་  
ཡིན། ཅི་ལྟར་ན་ཚོར་བ་ཚུལ་དེའི་རྒྱུ་གཙོ་བོ་ཡིན་ཞེན། ལྷན་པ། གང་ཞིག་ཉེ་  
བར་ལེན་པའི་ཡུང་པོ་ལ་འདུན་ཅིང་ཆགས་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་གྱི་སྤྲེད་པ་ནི་ཟང་  
ཟིང་དང་བཅས་པར་འཛིག་པའི་ཚུལ་ཡིན་ཏེ་གང་ཞིག་དེ་དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བ་དེ་  
ནི་ཟང་ཟིང་དང་བཅས་པ་ཞེས་བརྗོད་པའི་སྤྱིར་རོ། །གང་ཡང་འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་  
ལ་འདུན་ཅིང་ཆགས་པའི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་སྤྲེད་པ་ནི་ཞེན་པ་རྟེན་པར་འཛིག་  
པའི་ཚུལ་ཡིན་ཏེ། གང་ཞིག་སྤྲེད་པ་དེ་དང་ལྡན་པ་དེ་ནི་ཞེན་པ་རྟེན་པ་ཞེས་བརྗོད་  
པའི་སྤྱིར་རོ། །སྤྲེད་པ་དེ་དག་ནི་དངོས་སུ་ཚོར་བ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། མ་རིག་པ་  
དང་བཅས་པའི་ཚོར་བའི་རྒྱུ་གྱིས་སྤྲེད་པ་ཞེས་འབྱུང་བའི་སྤྱིར་རོ། །བདེ་བ་ལུས་  
གྱི་ཞེས་པ་ལ་སོགས་འཆད་པ་ནི། ལུས་ཀྱི་ཚོར་བ་ཞེས་བརྗོད་པ་དེ་དག་གི་རང་  
བཞིན་གང་ཞེན་དབང་པོའི་རྣམས་པར་གཤེས་པའི་ཚོགས་ལྟ་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་  
པའི་ཚོར་བ་རྣམས་ཏེ། དེ་དག་གིས་ནི་རང་གི་གནས་དབང་པོ་དང་བཅས་པའི་  
ལུས་ལ་ལན་པ་དང་གཞོན་པར་འབྱུང་བས་དེའི་སྤྱིར་ལུས་ཀྱི་ཚོར་བ་ཞེས་བྱའོ། །

རྒྱ་བ་ལས་སོགས་པ་དབང་པོ་གཞན་བཞི་ལ་ཡང་ལུས་ཞེས་བརྗོད་དམ་  
གང་གིས་ན་དེ་དག་གི་ཚོར་བ་ལ་ལུས་ཀྱི་ཞེས་བྱ་ཞེ་ན། མིག་ལས་སོགས་པའི་  
དབང་པོ་གཞན་རྣམས་ཀྱང་ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་དང་ཐ་དད་དུ་མི་འདུག་པའི་ཕྱིར་དང་།



ཐོགས་པ་དང་བཅས་པ་དང་། བསགས་པའི་ཕྱིར་དེ་དག་ལ་ཡང་ལུས་ཀྱི་སྒྲས་བཟོད་ལ།  
 དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་ལ་བརྟེན་པའི་ཆོར་བ་རྣམས་ལ་ཡང་ལུས་ཀྱི་ཞེས་བཟོད་དོ། །  
 སེམས་ཀྱི་ཆོར་བ་གང་ཞེ་ན། ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་  
 ཆོར་བ་རྣམས་ཏེ། དེ་དག་གིས་ནི་སེམས་ཉིད་ལ་ཕན་པ་དང་གཞོན་པར་འགྱུར་  
 བས་དེའི་ཕྱིར་སེམས་ཀྱི་ཆོར་བ་ཞེས་བྱའོ། །

ཟང་ཟིང་དང་བཅས་པའི་ཆོར་བ་གང་ཞེ་ན་ལུས་ཉེ་བར་ལེན་པའི་ཕྱིར་པོ་  
 ལཱ་ལ་འདུན་ཅིང་ཆགས་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་གྱི་སྤྱད་པ་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་  
 དོན་ནི་སྤྱད་པ་དེས་བཅིངས་ཤིང་བདག་གིར་བྱས་པ་ཡིན་ལ། དེའི་ཕྱིར་སྤྱད་པ་དེ་  
 ལྟ་བུ་དང་ལྡན་པའི་ཆོར་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཟང་ཟིང་དང་བཅས་པའི་ཆོར་བ་ཞེས་  
 བྱ་སྟེ། ཟང་ཟིང་དུ་བྱེད་པའི་ཆོས་ཕྱིར་པོ་ལ་འདུན་ཅིང་ཆགས་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་  
 གྱི་སྤྱད་པ་འཕེལ་བའི་རྒྱ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཟང་ཟིང་མེད་པའི་ཆོར་བ་ནི། ཇི་སྐད་བཤད་པའི་སྤྱད་པ་དེ་ཉིད་སྤངས་  
 པའི་སྒྲོ་ནས་སྤྱད་པ་དེ་དང་མི་ལྡན་པའི་ཆོར་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ལ་བྱ་སྟེ། ཟང་  
 ཟིང་དུ་བྱེད་པའི་ཆོས་སྤྱད་པ་འཕེལ་བར་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདིར་མཚུངས་  
 པར་ལྡན་པའི་དོན་དམིགས་རྣམ་སོགས་མཚུངས་པ་ལ་ནི་མི་བྱ་སྟེ། སྤྱད་པ་ནི་  
 འདོད་ཆགས་ཡིན་པས་བདེ་བ་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་ཡང་སྤྲུག་བསྐྱེལ་དང་  
 མཚུངས་པར་ལྡན་པ་འགལ་བའི་ཕྱིར་དང་སྤྱད་པ་དེ་མ་སྤངས་པའི་ཟག་བཅས་ཀྱི་  
 ཆོར་བ་ཀུན་ལ་མ་ཁུབ་དེ་དག་ཟང་ཟིང་མེད་པའི་ཆོར་བར་བལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་



པའི་ཚེར་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་ཚེར་བ་ཡང་དེ་ཡིན་ནམ་ཞེན།  
ཚིག་སྒྲུ་མ་དང་སྒྱུར་རོ། །ཟག་པ་དང་བཅས་པ་ཡིན་ལ། ཞེན་རྟེན་མ་ཡིན་པ་ཡང་  
ཡོད་དེ། འདོད་པ་ལ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་ཚེར་བ་  
རྣམས་སོ། །

མངོན་པར་འབྱུང་བ་རྟེན་པའི་ཚེར་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ཟག་པ་མེད་པའི་  
ཚེར་བ་ཡང་དེ་ཡིན་ནམ་ཞེན། ཚིག་སྒྲུ་མ་དང་སྒྱུར་རོ། །མངོན་འབྱུང་རྟེན་པ་ཡིན་  
ལ་ཟག་པ་མེད་པ་མ་ཡིན་པ་ཡང་ཡོད་དེ། འདོད་པ་ལ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་  
རྣམས་ཀྱི་ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་ཚེར་བ་རྣམས་སོ། །ཟང་ཟིང་དང་བཅས་པའི་  
ཚེར་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ཞེན་པ་རྟེན་པའི་ཚེར་བ་ཡང་དེ་ཡིན་ནམ་ཞེན། ཚིག་སྒྲུ་  
མ་དང་སྒྱུར་རོ། །ཟང་ཟིང་དང་བཅས་པ་ཡིན་ལ་ཞེན་པ་རྟེན་པ་ཡང་ཡོད་དེ། དེ་ནི་  
འདོད་པ་ལ་འདོད་ཆགས་དང་སྒྲུ་བྲལ་བ་རྣམས་ཀྱི་ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་ཚེར་བ་  
རྣམས་སོ། །དེ་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པ་ཡང་ཡོད་དེ། ཟག་པ་མེད་པའི་ཚེར་བ་  
རྣམས་སོ། །

ཟང་ཟིང་མེད་པའི་ཚེར་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་མངོན་པར་འབྱུང་བ་རྟེན་པ་  
ཡང་དེ་ཡིན་ནམ་ཞེན། ཚིག་སྒྲུ་མ་ལ་སྒྱུར་རོ། །

མངོན་འབྱུང་རྟེན་པ་ཡིན་ལ་ཟང་ཟིང་མེད་པ་མ་ཡིན་པ་ཡོད་དེ། འདོད་པ་  
ལ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་སོ་སོ་སྒྲུ་བྲལ་བའི་ཚེར་བ་དང་། སྒྲོབ་པ་ཆགས་བྲལ་  
རྣམས་ཀྱི་ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་ཚེར་བ་རྣམས་སོ། །གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པ་ཡང་ཡོད་དེ།



འདོད་པ་ལ་འདོད་ཆགས་དང་མ་བུལ་བའི་ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་ཚོར་བ་རྣམས་སོ། །  
ཚོར་བའི་འོག་ཏུ་འདུག་གི་ཡུང་པོ་གཏན་ལ་འབེབས་པར་བཞེད་པས་འདུག་གི་  
ཡུང་པོའི་རྣམ་པར་བཞག་པ་གང་ཞེན་ཞེས་གསུངས་སོ། །དེ་ལ་འདུག་ཅི་  
གནས་དང་དམིགས་པའི་སྒྲོ་ནས་རྣམ་པར་བཞག་གོ། །དེ་ཞིག་གནས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་  
དབྱེན་འདུག་གི་ཚོགས་དུག་སྟེ། འདི་ལྟར་བདག་རྒྱུན་མིག་གི་འདུས་ཏེ་རིག་པ་  
ལས་ཡུང་བའི་འདུག་ནས་ཡིད་ཀྱི་འདུག་རིག་པ་ལས་ཡུང་བའི་འདུག་གི་  
བར་ཏེ་གོ་སྒྲུ་བར་ཟད་དོ། །དམིགས་པས་རྣམ་པར་བཞག་པ་ནི། གང་གིས་མཆོན་  
མ་དང་བཅས་པ་ཡང་ཡང་དག་པར་གཤམ་གྱིང་། ཞེས་པ་ནས། ཅི་ཡང་མེད་པའི་སྒྲུ་  
མཆེད་ཀྱང་ཡང་དག་པར་གཤམ་པའོ། །ཞེས་པའི་བར་ཏེ། བཤད་བྱའོ། །

དེ་ཞིང་འཆད་པ་ནི། མཆོན་མ་དང་བཅས་པའི་འདུག་ཞེས་གང་བརྗོད་  
པ་དེའི་རང་བཞིན་གང་ཞེན། འདིར་མཆོན་མ་ནི་གསུམ། བྱ་སྒྲུད་ཀྱི་མཆོན་མ་དང་།  
སྒྲོས་པའི་མཆོན་མ་དང་། དམིགས་རྣམས་གསལ་བའི་མཆོན་མའོ། །མཆོན་མ་དང་  
པོས་མཆོན་མ་དང་བཅས་པའི་འདུག་ཅི་མིང་དོན་གྱི་འབྲེལ་པའི་བྱ་སྒྲུད་ལ་མི་  
མཐས་པའི་འདུག་མ་གཏོགས་པ་གང་དེ་ལས་གཞན་པ་མིང་དོན་གྱི་འབྲེལ་པའི་  
བྱ་སྒྲུད་ལ་མཐས་པ་རྣམས་ཀྱི་འདུག་ཏེ། མིང་གི་སྒྲོ་ནས་དོན་ལ་བཀྲ་བར་འཛིན་  
པའི་ཕྱིར་དོ། །

གཉིས་པས་མཆོན་མ་དང་བཅས་པ་ནི་གཟུགས་སོགས་སྒྲོས་པའི་མཆོན་  
མ་མེད་པ་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལ་སྒྲོམས་པར་ཞུགས་པའི་འདུག་མ་གཏོགས་པ་གང་

དེ་ལས་གཞན་པའི་འདུ་ཤེས་ཏེ། དེ་དག་གིས་ནི་གཟུགས་སོགས་འདུས་བྱས་ཀྱི་  
མཆན་མ་ཡོངས་སུ་གཅོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གསུམ་པས་མཆན་མ་དང་བཅས་པའི་  
འདུ་ཤེས་ནི་སྤྱད་པའི་རྩེ་མོ་ལ་སྟོམས་པར་ཞུགས་པའི་འདུ་ཤེས་མ་གཏོགས་པ་གང་  
དེ་ལས་གཞན་པའི་འདུ་ཤེས་རྣམས་ཏེ། དམིགས་པ་དང་རྣམ་པ་གསལ་བར་ཡོངས་  
སུ་གཅོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །མཆན་མ་གསུམ་པོ་དེ་དག་དང་བྲལ་བའི་མཆན་མ་མེད་  
པའི་འདུ་ཤེས་ཀྱང་གསུམ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལ་ཐ་སྙད་ཀྱི་མཆན་མ་མེད་པའི་འདུ་ཤེས་ནི། འདུ་ཤེས་གང་ཐ་སྙད་ཀྱི་  
མཆན་མ་དང་བཅས་པའི་འདུ་ཤེས་མ་གཏོགས་པ་མིང་དོན་གྱི་འབྲེལ་པའི་ཐ་སྙད་  
ལ་མི་མཁས་པའི་བྱིས་པ་ལ་སོགས་པའི་འདུ་ཤེས་ཏེ། དེ་དག་གིས་གཟུགས་  
སོགས་ཀྱི་དོན་མཐོང་བ་ན་དོན་གྱི་སྟོ་འབྱུང་ཡང་འདི་གཟུགས་སོ་ཞེས་པ་ལ་  
སོགས་པ་མིང་གི་སྟོ་ནས་དོན་བཟླ་བར་བྱེད་མི་རུས་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྟོས་པའི་  
མཆན་མ་མེད་པའི་འདུ་ཤེས་ནི། འདུ་ཤེས་གང་སྟོས་པའི་མཆན་བཅས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་  
སུ་མ་གཏོགས་པ་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལ་སྟོམས་པར་ཞུགས་པའི་འདུ་ཤེས་ཏེ། དེ་ནི་  
སྟོས་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བའི་འགོག་པ་ལ་དམིགས་པའི་སྟོས་པའི་མཆན་མ་  
ཡོངས་སུ་གཅོད་པའི་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དམིགས་རྣམས་གསལ་བའི་མཆན་མ་  
མེད་པའི་འདུ་ཤེས་ནི་འདུ་ཤེས་གང་དམིགས་རྣམ་གསལ་བའི་མཆན་མ་དང་བཅས་  
པའི་འདུ་ཤེས་སུ་མ་གཏོགས་པ་སྤྱད་རྩེ་མོ་ལ་སྟོམས་པར་ཞུགས་པའི་འདུ་ཤེས་རྣམས་ཏེ།  
དེ་དག་གིས་དམིགས་རྣམ་གསལ་བར་ཡོངས་སུ་སྟོད་པར་མི་རུས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་ལྟར་ན་མཚན་མ་མེད་པའི་འདུ་ཤེས་འདི་དག་གྱང་མཚན་མ་གཏན་  
 ཡོངས་སུ་མི་གཅོད་པའི་མ་ཡིན་ཏེ། འདུ་ཤེས་མ་ཡིན་པར་བཤམ་བའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་  
 བས་ན་མཚན་མ་ཅུང་ཟད་ཞན་པ་ལ་མཚན་མ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། བུ་མོ་ལྟ་མེད་མ་  
 ཅེས་པ་བཞིན་རོ། །རྒྱང་དུ་འདུ་ཤེས་ནི་འདུ་ཤེས་གང་གིས་འདོད་པའི་ཁམས་  
 ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་སྟེ། འདོད་པའི་ཞོན་མོངས་པ་མང་བ་དང་ཆེ་བུང་བ་ལས་སོགས་  
 བས་རན་པའི་སྤྱིར་རོ། །རྒྱ་ཆེན་པོའི་འདུ་ཤེས་ནི་འདུ་ཤེས་གང་གིས་གཟུགས་ཀྱི་  
 ཁམས་ཤེས་པས་ཏེ། འདོད་པ་ལ་ལྟོས་ཏེ་ཆེ་རིང་བ་དང་། ཞོན་མོངས་པ་གས་རྒྱང་  
 བ་ལ་སོགས་པས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཚད་མེད་པའི་འདུ་ཤེས་ནི་འདུ་ཤེས་  
 གང་གིས་ནམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་སྟེ་མཆེད་དང་། རྣམ་ཤེས་མཐའ་ཡས་སྟེ་མཆེད་  
 ཤེས་པ་སྟེ། དམིགས་རྣམ་མཐའ་ཡས་སོ་ཞེས་ཡོངས་སུ་གཅོད་པའི་སྤྱིར་རོ། །

ཅི་ཡང་མེད་པའི་འདུ་ཤེས་ནི་འདུ་ཤེས་གང་གིས་ཅི་ཡང་མེད་པའི་སྒྲིལ་  
 མཆེད་ཤེས་པས་སྒྲིལ། བཟུང་བྱ་ཅི་ཡང་མེད་དོ་ཞེས་ཡོངས་སུ་གཏེན་པའི་སྤྱིར་རོ། །  
 འདོད་པའི་ཁམས་སོགས་ལ་དམིགས་པ་འདི་ཡང་རང་སའི་འདུ་ཤེས་ཀྱི་དབང་དུ་  
 བྱས་པར་རིག་པར་བྱའོ། །འདུ་ཤེས་ལས་གཞན་པའི་སེམས་དང་སེམས་བྱུང་དག་  
 ལ་ཡང་། རི་རྒྱུད་བཤད་པའི་མཆོན་མ་དང་བཅས་པ་དང་མཆོན་མ་མེད་པ་དང་  
 འདོད་པའི་ཁམས་ལ་སོགས་པའི་མཆོན་མ་ནི་འདུ་ཤེས་ཁོ་ནས་ཤེས་པ་ཡིན་དེ།  
 འདུ་ཤེས་མཆོན་མ་ཡོངས་སུ་གཏེན་པས་རབ་དུ་སྒྲེ་བའི་སྤྱིར་རོ། དེའི་སྤྱིར་འདུ་  
 ཤེས་ཁོ་ན་ལ་མཆོན་མ་དང་བཅས་པ་ལ་སོགས་པ་དེ་དང་དེར་དབྱེ་བ་ཡིན་གྱི་



གཞན་ལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །འདུ་ཤེས་ཀྱི་ཕུང་པོའི་འོག་དུ་འདུ་བྱེད་ཀྱི་ཕུང་པོ་རྣམ་  
པར་གཏན་ལ་དབབ་པར་དགོངས་ནས་འདུ་བྱེད་ཀྱི་ཕུང་པོའི་རྣམ་པར་བཞག་པ་  
གང་ཞེན་ཞེས་དྲིས་སོ། །

འདི་མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པ་གཉིས་ལས། དེ་ཞིག་  
མདོར་བསྟན་པ་ནི་སེམས་པའི་ཚེགས་དུག་དེ་འདི་ལྟར་སྤྲོད་ཀྱི་འདུས་དེ་རིག་པ་  
ལས་ཕུང་པོའི་སེམས་པ་དང་། ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་སོ། །ཚེར་བ་དང་འདུ་ཤེས་  
མ་གཏོགས་པའི་སེམས་ལས་ཕུང་བ་བཅས་ཅན་དང་། ལྡན་མ་ཡིན་པའི་འདུ་བྱེད་  
རྣམས་ཀྱང་འདུ་བྱེད་རྣམས་ཀྱི་ཕུང་པོ་མ་ཡིན་ནམ་གང་གིས་ན་འདུ་བྱེད་ཀྱི་ཕུང་པོ་  
སྟོན་པ་ན་སེམས་པ་ཉིད་གཙོ་བོ་སྟོས་པ་ཅི་ཞེན། གཞན་དག་ལས་སེམས་པ་གཙོ་  
བོ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །ཅིའི་བྱིར་ཞེན། འདི་ཉིད་འདུ་བྱེད་གཞན་གྱི་སྟོན་དུ་འགྲོ་  
བའི་བྱིར་དེ། འདི་ལྟར་སེམས་པ་གང་གིས་དད་པ་ལ་སོགས་པ་དགེ་བའི་བྱིར་ཡང་  
སེམས་ཡུལ་ལ་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་ཅིང་སེམས་པར་བྱེད། འདོད་ཆགས་ལ་  
སོགས་པ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ཀྱི་བྱིར་ཡང་སེམས་ཡུལ་ལ་གཡོ་ཞིང་  
སེམས་པར་བྱེད། གནས་སྐབས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ལྡན་པ་མ་ཡིན་པའི་འདུ་བྱེད་རྣམས་ལ་  
ཡང་སེམས་གཡོ་བར་བྱེད་སེམས་པར་བྱེད་པའི་བྱིར་རོ། །

ཚུལ་དེ་ལྟར་གང་གིས་སེམས་ཡུལ་ལ་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་སེམས་པ་  
འདི་དང་། གང་གི་དོན་དུ་སེམས་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་ཚེར་བ་དང་འདུ་ཤེས་མ་  
གཏོགས་པ་དེ་ལས་གཞན་པའི་དགེ་བ་དང་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་སེམས་ལས་

བྱུང་བའི་ཆོས་རྣམས་དང་། སེམས་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་བྱེ་  
བྲག་གར་ཡིན་པ་སེམས་དང་ལྡན་པ་མ་ཡིན་པའི་འདུ་བྱེད་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་ཆོས་  
རྣམས་ནི་འདུ་བྱེད་ཀྱི་ཡུང་པོ་ཞེས་བྱའོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཆོར་བ་དང་འདུ་ཤེས་འདུ་བྱེད་  
ཀྱི་ཡུང་པོར་མ་གཏོགས་ཞེ་ན། ཡུང་པོ་ལེགས་པར་སྒྲོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅིའི་ཕྱིར་  
ཡུང་པོ་ལ་སོགས་པར་བཞག་ཅེ་ན། ཆོར་བ་ནི་ལས་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་སྒྲིལ་སྤྱིང་བ་པོ་  
ཡིན་པ་དང་། འདུ་ཤེས་ནི་མཐོང་ཐོས་སོགས་ཀྱི་དོན་ལ་བསྐྱེད་འདོགས་པ་པོ་ཡིན་  
པས་བདག་ཏུ་འཛིན་པའི་གཞི་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་འདུ་བྱེད་དང་། མི་ལྡན་  
པའི་འདུ་བྱེད་བཤད་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལ་ཡང་མིང་གི་སྒྲོ་ནས་མདོར་བསྟན་  
པ་ནི། འདུ་བྱེད་ཀྱི་ཡུང་པོར་གཏོགས་པའི་སེམས་ལས་བྱུང་བ་དེ་དག་ཀྱང་གར་ཞེ་  
ན་སེམས་པ་ནས་དབྱེད་པའི་མཐར་བྱག་པས་ཏེ། འདི་དག་ནི་སུམ་བུ་པར། ཀྱུན་  
དུ་འགྲོ་དང་བྱེ་བྲག་རེས། །སེམས་ལས་བྱུང་བའི་དགེ་བ་དང་། །དེ་བཞིན་ཉོན་  
མོངས་ཉེ་ཉོན་མོངས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སྡེ་ཆོན་བྱག་ཏུ་འགྱུར་ཏེ། འདི་ལྟར་  
ཀྱུན་དུ་འགྲོ་བ་དང་། ཡུལ་སོ་སོར་རེས་པ་དང་། དགེ་བ་དང་། ཉོན་མོངས་པ་དང་།  
ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་དང་། གཞན་དུ་ཡང་འགྱུར་བའོ། །དེ་ལ་སེམས་པ་དང་ཡིད་  
ལ་བྱེད་པ་དང་། རིག་པ་དང་། འདུ་ཤེས་དང་། ཆོར་བ་རྣམས་ནི་ཀྱུན་དུ་འགྲོ་བ་  
ཞེས་བྱ་སྟེ། འདི་དག་ནི་སེམས་ཀྱུན་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། འདི་ལྟར་  
ལྟ་བུ་འདི་ལས་གར་ཡང་རུང་བ་གཅིག་མེད་ན་ཡང་སེམས་ཀྱི་ཡུལ་འཛིན་པའི་བྱ་

བ་མི་རྫོགས་པའི་ཕྱིར་དང་། ཡུལ་མི་འཛིན་པ་ཡང་སེམས་སུ་མི་རུང་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
དེ་ཡང་འདི་ལྟར་སེམས་པ་མེད་ན། སེམས་ཡུལ་ལ་གཡོ་བར་ཡང་མི་འགྱུར་ན་དེས་  
ཡུལ་འཛིན་པ་ལྟ་བུ་སྟོས། དེའི་ཕྱིར་སེམས་པ་ནི་ཀུན་དུ་འགྲོ་བ་ཉིད་དོ། །

ཡིད་ལ་བྱེད་པ་མེད་པར་སེམས་རང་གི་དམིགས་པ་ངེས་པ་ལ་འཇུག་པར་  
མི་འགྱུར་ཏེ། དམིགས་པ་ངེས་པ་ལ་སེམས་བཏོད་པར་བྱེད་པ་ནི་ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་  
ལས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ནི་ཀུན་དུ་འགྲོ་བ་ཉིད་དོ། །རེག་  
པ་མེད་ན་ཡུལ་དབང་རྣམ་ཤེས་གསུམ་འདུས་པ་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ། གསུམ་འདུས་  
པ་ཡང་རེག་པ་ལ་ལྷན་ལ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་རེག་པ་ཡང་ཀུན་དུ་འགྲོ་  
བ་ཉིད་དོ། །ཚོར་བ་མེད་ན་མྱོང་བ་མེད་ལ་མྱོང་བ་མེད་ན་ཡང་ཡུལ་རེག་པའི་ཐ་  
སྟངས་མི་འཇུག་ལ་ཡུལ་མི་རེགས་པ་ཡང་སེམས་སུ་མི་རུང་བས་དེའི་ཕྱིར། ཚོར་བ་  
ཡང་ཀུན་དུ་འགྲོ་བ་ཉིད་དོ། །འདུ་ཤེས་མེད་ན་ཡུལ་གྱི་བྱམ་མོངས་མ་ཡིན་པའི་  
མཚན་མ་མི་ཤེས་ལ་དེ་མ་ཤེས་པར་ཡང་ཡུལ་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་རེག་གོ་ཞེས་བརྗོད་  
པར་མི་རྒྱས་པས་དེའི་ཕྱིར་འདུ་ཤེས་ནི་ཀུན་དུ་འགྲོ་བ་ཉིད་དོ། །འདུན་པ་དང་།  
དྲན་པ་དང་། མོས་པ་དང་། ཉིང་ངེ་འཛིན་དང་། ཤེས་རབ་རྣམས་ལ་ནི་ཡུལ་སོ་  
སོར་ངེས་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། འདི་དག་ནི་ཡུལ་བྱེ་བྲག་ཅན་ཁོ་ན་ལ་འཇུག་གི་ཀུན་ལ་མི་  
འཇུག་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ལྟར་འདུན་པ་ནི་འདོད་བྱའི་དངོས་པོ་ཁོ་ན་ལ་འཇུག་པས་  
དེའི་ཕྱིར་ངེས་པ་ཡིན་ནོ། །དྲན་པ་ནི། སྤར་ཉམས་སུ་མྱོང་བ་ཁོ་ན་ལ་འཇུག་པས་  
དེའི་ཕྱིར་ཡུལ་ལ་ངེས་པ་ཡིན་ནོ། །



མོས་པ་ནི་སྒྲིལ་ཞོད་གས་ཚད་ཅིང་ངེས་པའི་དངོས་པོ་ཁོ་ན་ལ་འདུག་པས་  
 དེའི་ཕྱིར་ཡུལ་ངེས་པ་ཡིན་ནོ། །དང་པ་དང་། རོ་ཚ་ཤེས་པ་ནས་རྣམ་པར་མི་འཆོ་  
 བའི་བར་བརྟུག་ཅིག་ནི་དག་པ་ཡིན་ཏེ། རང་བཞིན་གྱིས་ཁ་ན་མ་བློ་བ་མེད་ཅིང་  
 རྣམ་པར་བྱ་བའི་རོ་བོ་ཡིན་ཕྱིར་རོ། །ཡང་ན་མ་དད་པ་ལ་སོགས་པའི་གཞིན་པོར་  
 གྱུར་པ་དང་དག་པའི་རྩ་བ་དང་མཚུངས་པར་ལྷན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་གྲང་འཆད་དོ། །  
 འདོད་ཆགས་ནས་ལྷ་བའི་བར་དུག་ནི་ཉོན་མོངས་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། སེམས་ཉོན་  
 མོངས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར། བློ་བ་ནས་རྣམ་པར་གཡེང་བའི་བར་ཉི་ཤུ་ནི་ཉེ་བའི་  
 ཉོན་མོངས་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། སེམས་ཉེ་བར་ཉོན་མོངས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། འདིར་  
 ཉོན་མོངས་པ་དང་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་དག་ལ་བྱེ་བྲག་ཅི་ཞིག་ཡོད་ཅེ་ན། ཉོན་  
 མོངས་པ་དག་ནི་རེ་རེས་གྲང་སྒྲིལ་དུ་མ་ནས་སེམས་ཉེ་བར་ཉོན་མོངས་པར་བྱེད་པ་  
 ཡིན་ལ། ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་རྣམས་ནི་རྣམ་པ་གང་རུང་རེ་རེའི་སྒྲིལ་ནས་སེམས་ཉེ་  
 བར་ཉོན་མོངས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་གྱི། སྒྲིལ་དུ་མ་ནས་ནི་མ་ཡིན་པའོ། །

དེ་ཡང་འདི་ལྟར་ཉོན་མོངས་པ་དག་ནི་ཞེ་སྒྲིལ་ལྷ་བྱ་གཅིག་གིས་ཡང་བློ་  
 བ་དང་། བོན་དུ་འཛིན་པ་ལ་སོགས་པ་སྒྲིལ་དུ་མ་ནས་སེམས་ཉེ་བར་ཉོན་མོངས་  
 པར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། འདོད་ཆགས་གྱིས་གྲང་སེར་སྒྲིལ་དང་རྒྱགས་པ་ལ་སོགས་པ་  
 སྒྲིལ་དུ་མ་ནས་སེམས་ཉེ་བར་ཉོན་མོངས་པར་བྱེད་ལ། ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་  
 ནི་བློ་བ་ལྷ་བུས་གྲང་རྣམ་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་སྒྲིལ་ནས་སེམས་ཉེ་བར་ཉོན་མོངས་པར་བྱེད་  
 གྱི་རྣམ་པ་གཞན་གྱིས་མ་ཡིན་ལ་དེ་བཞིན་དུ་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་གཞན་རྣམས་གྲང་

རྣམ་པ་རེ་རེའི་སྒོ་ནས་སེམས་ཉི་བར་ཉོན་མོངས་པར་བྱེད་པ་འབའ་ཞིག་ཡིན་ཅོ། །  
 དེ་ལྟར་ན་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ནི་རང་རང་གི་རྩ་ལ་བཏགས་པའི་དེའི་ཉོན་མོངས་  
 པ་རྣམས་ཀྱིས་སེམས་ཉི་བར་ཉོན་མོངས་པར་བྱེད་པའི་གནས་སྐབས་ཀུན་ལ་བྱུང་  
 པའི་ཕྱིར་སྒྲི་ཡིན་ལ། ཉི་བའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ནི་རང་རང་གི་གནས་སྐབས་  
 ལས་གཞན་ལ་རྗེས་སུ་མི་འགྲོ་བའི་ཕྱིར་བྱེ་བྲག་ཡིན་ཅོ། །གཉིད་ལ་སོགས་པ་བཞི་  
 བེ་གོགས་ཀྱི་དབང་གིས་དགེ་མི་དགེ་ལུང་མ་བསྟན་གསུམ་ཀར་དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་  
 གཞན་འགྱུར་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལྟར་ན་སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་ནི་མདོར་བསྟུས་ན་  
 ལྷ་བཙུ་ཅ་གཅིག་པོ་འདི་ཉིད་དུ་འགྱུར་ངོ། །

མདོ་དང་བསྟན་བཅོས་གཞན་ལས་བསྟན་པའི་སེམས་བྱུང་གི་བྱུང་པར་  
 གཞན་རྣམས་ཀྱང་མིང་མི་འདྲ་བ་ཅུ་མ་ལས་མཆོན་ཉིད་ལ་དབྱེད་ན་འདི་དག་ཏུ་མ་  
 འདུས་པ་མེད་དོ། །ཞེས་བྱ་བར་དགོངས་ནས་ལྷ་བཙུ་ཅ་གཅིག་པོ་འདི་ཅུ་མ་ཞིག་  
 བསྟན་བཅོས་སུ་གཏན་ལ་འབེབས་པར་མཛད་དོ། །འདི་དག་རྣམས་ལ་མཆུངས་  
 བར་ལྷན་པའི་འདུ་བྱེད་ཞེས་བྱ་ན་ཅིའི་ཕྱིར་མཆུངས་པར་ལྷན་པ་ཞེས་བྱ་ཞེ་ན་  
 སེམས་དང་རྣམ་པ་ལྷས་མཆུངས་པར་ལྷན་པའི་ཕྱིར་ངོ། །རྣམ་པ་ལྷ་གང་ཞེ་ན།  
 རྟེན་དང་། དམིགས་པ་དང་། རྣམ་པ་དང་། དུས་དང་རྗེས་མཆུངས་པའོ། །སེམས་  
 གང་ལ་རྟེན་པའི་དབང་པོ་དེ་ཉིད་ལ་དེའི་ལའོར་གྱི་སེམས་བྱུང་རྣམས་ཀྱང་རྟེན་  
 པས་དེའི་ཕྱིར་རྟེན་མཆུངས་པ་ཞེས་བྱའོ། །སེམས་ཡུལ་གང་ལ་དམིགས་པ་དེ་ཉིད་ལ། དེའི་  
 ལའོར་སེམས་ལས་བྱུང་བ་ཡང་དམིགས་པས་དེའི་ཕྱི་དམིགས་པ་མཆུངས་པ་ཞེས་

བྱེད། །སེམས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཅི་འདྲ་བ་སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཡང་དེ་འདྲ་  
བ་ཡིན་པས། དེའི་ཕྱིར་རྣམ་པ་མཆོངས་པ་ཞེས་བྱེད། །སེམས་དང་དེའི་སེམས་  
ལས་བྱུང་བ་དག་སྐྱེ་བ་དང་གནས་པ་དང་འགག་པའི་དང་གཅིག་ཡིན་པས་དུས་  
མཆོངས་པ་ཞེས་བྱེད། །

སེམས་གཅིག་གིས་འཁོར་དུ་སེམས་བྱུང་རྣམས་ཀྱང་རིགས་མཐུན་  
གཅིག་སྐྱེ་ཡི་མང་པོ་མ་ཡིན་པས་དེའི་ཕྱིར་རྣམས་མཆོངས་ཞེས་བྱས་སོ། དེ་ལྟར་ན་  
སེམས་ཀྱང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་དང་ཇི་སྐད་བཤད་པའི་རྣམ་པ་ལྷ་པོ་དག་གི་  
མཆོངས་པ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་ནམ་གང་གིས་ན་སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་སེམས་དང་  
རྣམ་པ་ལྷས་མཆོངས་པར་ལྟ་བུ་པས་སེམས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྱང་བ་ཞེས་བྱ་ལ་སེམས་  
ནི་སེམས་ལས་བྱུང་བ་དག་གི་རྗེས་སུ་འབྱང་བ་ཞེས་མི་བརྗོད་ཞེ་ན། ལྷས་ལ།  
སེམས་རྣམས་ནི་རྟེན་སོ་སོར་ངེས་པ་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་མིག་གི་རྣམ་པར་  
ཤེས་པ་ནི་མིག་གི་དབང་པོ་ལ་རྟེན་ལ། དེ་བཞིན་དུ་ཡིད་ཀྱི་ཤེས་པ་ནི་ཡིད་དབང་  
ལ་རྟེན་པའི་བར་རོ། །དེ་ལྟར་དུ་སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་ལ་ནི་སོ་སོར་ངེས་པ་  
མེད་དེ་སེམས་ལས་བྱུང་བ་གཅིག་ཀྱང་རྟེན་གྱི་དབང་གིས་དབང་པོ་ཀུན་ལ་རྟེན་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་ནི་རྟེན་སོ་སོར་ངེས་པའི་ཕྱིར་རང་  
གི་བྱུན་མོངས་མ་ཡིན་པའི་རྟེན་ལ་རྟེན་པས་རང་དབང་པའི་རྟེན་ཡོད་ལ། སེམས་  
ལས་བྱུང་བ་རྣམས་ནི། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་པས་རང་དབང་པའི་རྟེན་མེད་ལ། དེའི་ཕྱིར་  
སེམས་རྣམས་ནི་རང་གི་གནས་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན་གྱི། སེམས་ལས་བྱུང་བའི་གནས་



ལ་རྟེན་པ་མ་ཡིན་པས་རྟེན་གྱི་སྒྲོ་ནས་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་མ་  
 ཡིན་ལ། སེམས་བྱུང་རྣམས་ནི་རང་གང་གི་ལའོར་དུ་སྒྲེས་པའི་སེམས་དེའི་གནས་  
 ལ་རྟེན་པ་ཡིན་པས་དེའི་ཕྱིར་རྟེན་མཚུངས་པའི་སྒྲོ་ནས་ཀྱང་སེམས་གྱི་རྗེས་སུ་  
 འབྲང་བ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་བཞིན་དུ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་ནི་དམིགས་པ་སོ་སོར་  
 དེས་པའི་ཕྱིར་རང་དབང་བའི་ཡུལ་ལ་དམིགས་པ་ཡིན་གྱི་སེམས་ལས་བྱུང་བ་དག་  
 གི་ཡུལ་དམིགས་པ་མ་ཡིན་ལ་སེམས་ལས་བྱུང་བ་དག་ལ་ནི་དམིགས་པ་སོ་སོར་  
 དེས་པ་མེད་པས་རང་དབང་བའི་ཡུལ་མེད་ལ་དེའི་ཕྱིར་སེམས་གང་ལ་དམིགས་  
 པའི་ཡུལ་དེ་ཉིད་ལ་དམིགས་པས་དམིགས་པ་མཚུངས་པའི་སྒྲོ་ནས་ཀྱང་སེམས་གྱི་  
 རྗེས་འབྲང་བ་ཡིན་ནོ། །

རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་ནི་དམིགས་པ་སོ་སོར་དེས་པས་དེའི་ཕྱིར་རྣམ་པ་  
 ཡང་སོ་སོར་དེས་པ་ཡིན་ལ། སེམས་ལས་བྱུང་བ་དག་ལ་ནི་དམིགས་པ་མ་དེས་  
 པས་རྣམ་པ་ཡང་མཐའ་གཅིག་དུ་དེས་པ་མེད་ལ། དེའི་ཕྱིར་སེམས་གྱི་རྣམ་པའི་  
 རྗེས་སུ་འབྲང་བ་ཡིན་གྱི་སེམས་ནི་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་རྣམ་པའི་རྗེས་སུ་འབྲང་  
 བ་མ་ཡིན་ནོ། །རྣམ་པ་མཚུངས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་དེ་སྒྲིབ་བཤད་གྱི་གཞན་དུ་  
 བ་སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་སེམས་གྱི་རྣམ་པའི་རྗེས་སུ་མི་འབྲང་བར་བཤད་ཀྱང་  
 ཉེས་པ་མེད་དེ། རྣལ་འབྱོར་སྒྲོལ་བའི་ས་ལ་སོགས་པར་སེམས་དང་སེམས་ལས་  
 བྱུང་བ་རྣམས་དམིགས་པ་གཅིག་ལ་རྣམ་པ་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་ཡོངས་སུ་གཅོད་པར་  
 ཡང་བཤད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་ནི་རྒྱད་གཅིག་ལ་དེགས་མཐུན་

རེ་རེ་ཁོ་ན་སྐྱེ་བས་རྩ་ས་ངེས་པ་ཡིན་གྱི། སེམས་ལས་བྱུང་བ་དག་ནི་མ་ཡིན་ཏེ།  
 རྣམ་པར་གཤེས་པ་དེགས་མི་མཐུན་དུ་མ་ཅིག་ཅུར་སྐྱེ་བ་ན་དེ་དག་གི་ལའོར་དུ་ཆོར་  
 བ་ལ་སོགས་པའི་སེམས་བྱུང་དུ་མ་ཡང་འབྱུང་བའི་བྱིར་མོ། །དེའི་བྱིར་སེམས་ལས་  
 བྱུང་བ་དག་ནི་དུས་དང་རྩ་ས་ངེས་པས་ཀྱང་སེམས་ཀྱི་རྩེས་སུ་འབྱུང་བ་ཡིན་མོ། །  
 དེ་ལྟར་ན་སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་ནི་དེ་ན་མཆོངས་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམ་པ་ལྔའི་  
 གློ་ནས་སེམས་ཀྱི་རྩེས་སུ་འབྱུང་བ་ཡིན་གྱི་སེམས་རྣམས་ནི་སེམས་ལས་བྱུང་བ་  
 དག་གི་རྩེས་སུ་འབྱུང་བ་མ་ཡིན། ཞེས་བྱ་བར་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱའོ། །

ད་ནི་སེམས་ལས་བྱུང་བ་འདི་དག་རྣམ་ཤེས་གང་གི་ལཱོར་དུ་གང་འབྱུང་  
བ་དེ་དབྱུང་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཚཱགས་བརྒྱད་ལ་ཀུན་གཞི་དང་  
ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་གྱི་ལཱོར་དུ་སེམས་ལས་བྱུང་བ་དུ་ཞེག་འབྱུང་བ་ནི་དེ་  
དག་ཅིད་གཏན་ལ་འབེབས་པའི་བྱད་དུ་འཆད་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་བས་ན་རྣམ་  
ཤེས་དུག་གི་ལཱོར་དུ་གང་འབྱུང་བ་དེ་དབྱུང་དོ། །དེ་ལ་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཚཱགས་  
ལྔའི་ལཱོར་དུ་འབྱུང་བའི་སེམས་ལས་བྱུང་བ་ནི་གཉིས་ཏེ། སྤྱུན་པར་རྟོགས་པའི་  
མཚུངས་པར་ལྡན་པ་དང་། ལྡན་ཅིག་འབྱུང་བའི་མཚུངས་པར་ལྡན་པའོ། །དེ་ལ་  
དབང་པོའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱུན་པར་རྟོགས་པའི་མཚུངས་པར་ལྡན་  
པའི་སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་ནི་སེམས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཀུན་དུ་འགྲོ་བ་ལྔ་ཁོ་ན་  
ཡིན་གྱི་གཞན་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཁོ་བོས་ལུང་དང་རིགས་པ་ལས་  
རྟོགས་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལ་རེ་ཞིག་ལུང་ནི་རྣལ་འབྱོར་སྒྲིབ་པའི་སར་དབང་གེས་ལྷའི་གྲོགས་  
 སྒྲོན་པ་ན། གྲོགས་གང་ཞེན། དེ་དང་ལྷན་ཅིག་འབྱུང་ཞིང་མཚུངས་པར་ལྷན་པ་  
 སེམས་ལས་བྱུང་བའི་ཚོས་རྣམས་ཏེ། འདི་ལྷ་སྒྲེ། ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་། རེག་པ་  
 དང་། ཚོར་བ་དང་། འདུ་གེས་དང་། སེམས་པའོ། །ཞེས་བཤད་པའི་སྤྱིར་རོ།  
 རིགས་པ་ནི་འདི་ལྷར་དབང་བའི་རྣམ་པར་གེས་པ་རྣམས་ནི་རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་རྣམ་  
 པར་མི་རྟོགས་པ་ཡིན་ལ། ཡུལ་ངེས་པ་དང་། དགེ་བ་དང་། ཉོན་མོངས་པ་དང་།  
 ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་ལ་སོགས་པའི་སེམས་ལས་བྱུང་བ་ལྷག་མ་རྣམས་ནི་ཐལ་  
 ཆེར་རྟོག་ཅིང་འཇལ་ལ། ངེས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །རི་ལྷར་ན་རྟོག་  
 ཅིང་འཇལ་བ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་ཡིན་ཞེན། དེ་ནི་རང་རང་གི་མཚན་ཉིད་  
 ལ་ཚུལ་བཞིན་དུ་དབྱེད་པ་ལས་གེས་པར་འགྱུར་ཏེ། རེ་རེ་ནས་དབྱེད་ན་མངས་  
 པར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་མི་སྒྲིལ། ཆེ་ལོང་ཅམ་བསྟན་ན། འདོད་བྱའི་དངོས་པོར་  
 རྟོགས་པ་མེད་པར་ནི་དེ་ལ་དྲན་པ་མེད་དོ། །འདིའི་ཞེས་མཐའ་གཅིག་དུ་ངེས་པ་  
 མེད་པར་ཡང་མོས་པ་མེད་དོ། །སྒྲུབ་སྒྲིབ་པའི་དོན་ལ་རྟོག་པ་མེད་པར་ཡང་དེ་ཉིད་  
 གྱི་བརྗོད་པའི་དྲན་པ་མེད་དོ། །སྒྲོན་དང་ཡོན་ཏན་སོ་སོར་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་མེད་  
 པར་ཡང་སྒྲོན་དང་ལྷན་པའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྷན་པར་བརྟག་པར་བྱ་བའི་དངོས་པ་  
 ལ་དམིགས་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་དང་གེས་རབ་མེད་དོ། །དེའི་སྤྱིར་ཡུལ་སོ་སོར་ངེས་  
 པ་དག་ནི་རྟོག་ཅིང་འཇལ་བའི་རྣམ་པ་ཅན་ཡིན་ཞོ་ཞེས་བྱ་བར་ངེས་སོ། །

དད་པ་ལ་སོགས་པའི་དགེ་བ་དག་གྱུང་ངེས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་ཡིན་ཏེ། ས་



དད་པ་ལ་སོགས་པ་ལོག་པའི་ཤེས་པའི་གཉེན་པོ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅི་སྟེ་དད་པ་  
ལ་སོགས་པ་འདི་དག་གིས་ས་དད་པ་ལ་སོགས་པའི་འཛིན་སྣངས་ཀྱིས་ལོག་  
ཕྱོགས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ངེས་པ་མ་ཡིན་ན་འདི་དག་དང་དེ་དག་འཛིན་སྣངས་  
འགལ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རྒྱད་གཅིག་ལ་ལྟན་ཅིག་ཏུ་སྟེ་བ་ལ་འགལ་བ་ཅི་ཞིག་ཡོད།  
ས་དད་པ་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་ཅན་དེ་དག་དང་ལྟན་ཅིག་ཏུ་སྟེ་ན་ཡང་དད་པ་  
ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ལ་ཇི་ལྟར་ན་དག་བ་ཞེས་གདགས། དེའི་ཕྱིར་དད་པ་ལ་  
སོགས་པའི་དག་བ་དག་ཀྱང་ངེས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་ཡིན་ལོ། །

འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་དང་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་  
དག་ཀྱང་རང་གི་གཉེན་པོའི་འཛིན་སྣངས་ཀྱི་ལོག་ཕྱོགས་ལ་རྟོག་ཅིང་འཇལ་ལ་  
ངེས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་མ་ཡིན་ན་ཇི་ལྟར་རང་གི་གཉེན་པོ་སྟེ་བ་ལ་གེགས་བྱེད་པར་  
འགྱུར། གཞན་ཡང་ཉོན་མོངས་པ་དང་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ནི་ཡུལ་དང་ལྟ་  
བ་དང་བདེན་པའི་རྣམ་པ་ཅི་རིགས་པ་ལ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་ཞུགས་པའི་ཕྱིར་ཡང་། དེ་  
དག་ནི་རྟོག་ཅིང་འཇལ་བའི་རྣམ་པ་ཅན་ཡིན་ལོ། །དེ་ལྟར་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་  
ཚོགས་ལྟ་བུ་པོ་མཆོངས་ལྟན་གྱི་དག་བ་དང་མི་དག་བར་ཇི་ལྟར་འགྱུར་ཏེ། དག་བ་  
དང་མི་དག་བའི་སེམས་ལས་བྱུང་བ་དག་དང་མཆོངས་པར་མི་ལྟན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན།  
སྒྲིམ་པ་དབང་བོའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་དག་བ་དང་ཉོན་མོངས་ཅན་དུ་འགྱུར་བ་  
ནི་མཐུན་པར་རྟོགས་པའི་མཆོངས་ལྟན་གྱི་དབང་གིས་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་གྱི་ལྟན་  
ཅིག་འབྱུང་བའི་མཆོངས་པར་ལྟན་པའི་དབང་གིས་འགྱུར་བ་ ཡིན་ལོ། །དེ་ལ་

མཐུན་པ་རྟོགས་པའི་མཚུངས་པར་ལྷན་པ་ནི་ཇི་སྐད་བཤད་པའི་མཚུངས་ལྷན་  
རྣམས་ལྷས་སེམས་དང་མཚུངས་པར་ལྷན་པ་ཡིན་ནོ། །

ལྷན་ཅིག་འབྱུང་པའི་མཚུངས་པར་ལྷན་པར་ནི་སྦྱིར་རྒྱུད་གཅིག་གི་ཡུང་  
པོ་ཁམས་དང་སྦྱེ་མཆེད་སྦྱེ་བ་དང་འགག་པ་དང་གནས་པའི་དང་གཅིག་པ་རྣམས་  
ཡིན་ཡང་། སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན། རྒྱུད་གཅིག་གིས་  
སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་དམིགས་པ་གཅིག་ལ་དུས་གཅིག་དུ་འཇུག་པ་  
རྣམས་ཡིན་ནོ། །དབང་པོའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་དགེ་བ་དང་ཉོན་མོངས་ཅན་དུ་  
བྱེད་པའི་སེམས་ལས་བྱུང་བ་དེ་དག་ཀྱང་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་འཁོར་དུ་  
འབྱུང་ངོ་། །ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་ཡང་ཚོལ་བ་དང་། དེས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་  
གཉིས་ཡིན་ལ། དང་པོ་ནི་འདི་ཅི་ཞེས་ཚོལ་བའི་རྣམ་པར་ཞུགས་པ་ཡིན་ལ།  
གཉིས་པ་ནི་འདི་འོ་ཞེས་དེས་པའི་རྣམ་པར་ཞུགས་པ་ཡིན་ནོ། །དགེ་བ་དང་ཉོན་  
མོངས་ཅན་གྱི་སེམས་ལས་བྱུང་བ་དག་ནི་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཉིས་པའི་  
འཁོར་དུ་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །དགེ་བ་དང་ཉོན་མོངས་ཅན་གཉིས་ནི། རྣམ་པར་རྟོག་  
པ་དང་། རྟོན་གྱི་འཕེན་པའི་རྒྱ་གཉིས་ལས་འབྱུང་སྟེ། དེ་ལ་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་་  
པ་ནི་རྒྱ་གཉིས་ཀས་དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བར་འགྱུར་ལ། རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཚོགས་  
ལྷར་ནི་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་འཕེན་པའི་དབང་ཁོར་ས་འགྱུར་བ་ཡིན་གྱི་རྣམ་  
པར་རྟོག་པས་ནི་ས་ཡིན་ཏེ་དེ་ལ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །

དེ་ལྷར་ཡང་རྣལ་འབྱོར་སྦྱོད་པའི་སར། དེ་ལ་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་དང་།

དགེ་བའི་ཚེས་གཉིས་ནི་རྒྱ་གཉིས་པོ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་སྟོན་གྱི་འཕེན་པས་  
 འབྱུང་བར་འགྱུར་དེ། དེ་ལ་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་རྒྱ་གཉིས་ཀས་འབྱུང་ངོ། །  
 རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཚེས་ལྷ་པོ་དག་ལ་ནི་སྟོན་གྱི་འཕེན་པ་ཁོ་ནས་འབྱུང་ངོ། །  
 ཉོན་མོངས་པ་ཅན་དང་། དགེ་བའི་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་འཕེན་པས་དེ་མ་  
 ཐག་དུ་མིག་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་དང་། དགེ་བའི་  
 ཚེས་འབྱུང་བར་འགྱུར་གྱི་རྣམ་པར་རྟོག་པས་ནི་མ་ཡིན་དེ། དེ་དག་ནི་རྣམ་པར་མི་  
 རྟོག་པའི་བྱུང་ངོ། །དེ་ནི་ད་གྱི་བྱུང་མིག་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་ནི་ཡིད་  
 གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་པའི་རྗེས་སུ་འཇུག་པ་ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །

རྩི་ལྷ་ར་ན་ད་བར་པོའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་  
 འཕེན་པས་དགེ་བའི་ཉོན་མོངས་ཅན་དུ་འགྱུར་ངོ་ཞེ་ན། དེ་ལ་ཐོག་མར་མིག་གི་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པས་གཟུགས་མཐོང་ངོ། །དེའི་འོག་དུ་འདི་ཅི་ཞིག་ཚེ་ལ་བའི་རྣམ་པ་  
 ཅན་གྱི་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་པོ་སྟེ་བའོ། །དེའི་འོག་དུ་གཟུགས་སྟུག་པའི་  
 ཞེའམ་མི་སྟུག་པའི་ཞེས་ངེས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཉིས་  
 སུ་སྟེ་འོ། །དེའི་ཚེ་ཡུལ་དེ་ནི་ད་སྟུག་པའི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་ངེས་ན་ནི་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པ་གཉིས་པ་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་ནོ། །འོན་ཏེ་མི་  
 སྟུག་པའི་རང་བཞིན་ཅན་དུ་ངེས་ན་ནི་ཞེ་སྟངས་ལ་སོགས་པ་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་  
 པར་སྟེ་འོ། །མངན་པོའམ་སྟོབ་ད་པོན་ནམ་གཞན་ཡང་དེ་དང་ཡོན་ཏན་མཚུངས་  
 པའི་བཤེས་གཉིན་དག་གི་གཞན་གྱི་མདངས་མཐོང་བའི་སྐད་གྱི་མདངས་ཐོས་



པའི་ཆེ་རྒྱུ་པར་བྱང་བ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་རྒྱུ་པར་ངེས་པ་ན་ཡིད་ཀྱི་རྒྱུ་  
 པར་ཤེས་པ་དད་པ་ལ་སོགས་པའི་དགེ་བ་རྒྱུ་པར་མཆོངས་པར་ལྷན་པར་སྒྲེལ། །  
 དེའི་ཆེ་དགེ་བའི་ཉོན་མོངས་ཅན་དུ་སྒྲེས་པའི་ཡིད་ཀྱི་རྒྱུ་ཤེས་ངེས་པ་དེའི་དབང་  
 གིས་དེ་འདྲེན་པར་བྱེད་པའི་དབང་པོའི་རྒྱུ་པར་ཤེས་པ་རྒྱུ་པར་དགེ་བ་དང་  
 ཉོན་མོངས་ཅན་ཞེས་བྱ་ལ། དེའི་དུས་ཀྱི་ཡིད་ཤེས་ལ་ཐོར་གྱི་དད་པ་ལ་སོགས་པ་  
 དགེ་བ་དང་། འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་དག་དང་དབང་པོའི་རྒྱུ་  
 པར་ཤེས་པ་དེ་དག་ནི་ལྷན་ཅིག་འབྱུང་བའི་མཆོངས་པར་ལྷན་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟ་བུའི་དགེ་བའམ་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་སེམས་ལས་བྱུང་བ་དེ་དག་གིས་  
 རང་དང་མཆོངས་པར་ལྷན་པའི་ཡིད་ཀྱི་རྒྱུ་པར་ཤེས་པ་དགེ་བའམ་ཉོན་མོངས་པ་  
 ཅན་དུ་བྱེད་པ་ནི་རིགས་ན། དབང་པོའི་ཤེས་པ་ནི་ཅི་ལྟར་ན། དེ་དང་དེར་བྱེད་པ་  
 ཡིན་ཞེ་ན། གང་གི་ཡིད་ཀྱི་རྒྱུ་པར་ཤེས་པ་དགེ་བའམ་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་དུ་གྱུར་  
 བ་ན་དེ་དང་ལྷན་ཅིག་ཡུལ་གཅིག་ལ་འཇུག་པའི་དབང་པོའི་རྒྱུ་པར་ཤེས་པ་  
 རྒྱུ་པར་དེའི་གཞན་དབང་དུ་གྱུར་པའི་སྤྱིར་རམ་ཡང་ན་དགེ་བའམ་ཉོན་མོངས་  
 ཅན་དུ་གྱུར་པའི་ཡིད་ཀྱི་རྒྱུ་པར་ཤེས་པ་དེ་དག་གྱུང་དབང་པོའི་རྒྱུ་པར་ཤེས་པ་  
 རྒྱུ་པར་གྱིས་དེ་དག་སྒྲེ་བ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་ཡུལ་ཡོངས་སུ་བཅུད་པའི་མཐུ་  
 ལས་བྱུང་བས་དེའི་སྤྱིར་དབང་པོའི་རྒྱུ་པར་ཤེས་པ་རྒྱུ་པར་ལ་ཡང་དགེ་བ་དང་  
 ཉོན་མོངས་ཅན་ཞེས་བྱའོ། །དེའི་སྤྱིར་དབང་པོའི་རྒྱུ་པར་ཤེས་པ་ནི་དགེ་བ་དང་  
 ཉོན་མོངས་ཅན་དང་མ་སྒྲིབས་ལ་ལུང་དུ་མ་བསྐྱུན་པ་དང་གསུམ་དུ་འགྱུར་ལ། དེ་

དག་གི་ལཱོར་དུ་ལྷན་ཅིག་འབྱུང་བའི་མཚུངས་ལྷན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་སེམས་  
ལས་བྱུང་བ་དུ་ཞིག་གང་གིས་ལཱོར་དུ་འབྱུང་བ་ན། མ་སྒྲིབ་ལུང་མ་བསྟན་གྱི་  
ལཱོར་དུ་ཡུལ་ངེས་པ་དག་ལ་འདུན་པ་དྲན་པ་དང་མོས་པ་རྣམས་འབྱུང་བ་སྤྲོད་དོ། །

ཡིད་དུ་འོང་བའི་གཟུགས་མཐོང་ནས་དེ་དོན་དུ་གཉེར་བའི་འདུན་པ་དང་  
སྒྲུང་མཐོང་བའི་གཟུགས་དང་རིགས་མཐུན་པ་འགའ་ཞིག་མཐོང་ནས་སྒྲུང་གྱི་དེ་  
འདིའོ་ཞེས་དྲན་པ་དང་། སྒྲུང་སྒྲོ་འདོགས་ཆོད་པའི་གཟུགས་འགའ་ཞིག་མཐོང་བ་  
ན་སྒྲུང་ཡང་དེ་ལྟར་ངེས་པའི་མོས་པ་རྣམས་སྒྱེ་བའི་བྱིར་རོ། །གཟུགས་སོགས་ཀྱི་  
ཡུལ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་སོ་སོར་འབྱེད་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱང་སྒྱེ་སྤྲོད་ལ་ཉིང་ངེ་  
འཛིན་བསམ་གཏན་གྱི་སྒྲུས་པ་ནི་ཁ་ནང་དུ་ལྷས་པའི་བྱིར་དང་། དབང་ཤེས་ལྡན་ནི།  
ངོ་བོ་ཉིད་གཡང་བ་ཡིན་པའི་བྱིར་མི་འབྱུང་ངོ་། །འདོད་པའི་རྩེ་གཅིག་པ་ཅམ་  
འབྱུང་བ་ཡང་སྤྲོད་ལ། གཞན་འབྱུར་དག་ལས་ཆོག་དཔྱོད་དང་། འབྱོད་པ་རྣམས་  
འབྱུང་སྤྲོད་ལ། གཉིད་ནི་ཁ་ནང་དུ་ལྷས་ཏེ་འཇུག་པས་བྱིའི་ཡུལ་རྣམས་ལ་མི་  
དམིགས་པའི་བྱིར་མི་འབྱུང་ངོ་། །

དགེ་བ་དང་ཉོན་མོངས་ཅན་རྣམས་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་མི་འབྱུང་བར་  
ཤེས་པར་བྱའོ། །མ་སྒྲིབ་ལ་ལུང་མ་བསྟན་གྱི་ལཱོར་དུ་འབྱུང་བ་དེ་དག་ནི་དགེ་བ་  
དང་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་ལཱོར་དུ་ཡང་འབྱུང་བར་ཤེས་པར་བྱའོ། །དབང་པོའི་ཤེས་  
པ་དགེ་བའི་ལཱོར་དུ་གིན་ཏུ་སྒྱུར་ས་པ་དང་བཏང་སྟོམས་མ་གཏོགས་པ་གཞན་  
རྣམས་འབྱུང་བ་སྤྲོད་དོ། །དེ་རྣམས་ནི་གཟུགས་སོགས་ཡུལ་རྣམས་ལ་དམིགས་པ་

མྱོང་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅིའི་ཕྱིར་གྱིན་ཏུ་སྦྱངས་པ་དང་བཏང་སྟོམས་གཉིས་མི་འབྱུང་  
ཞེན། དེ་དག་ནི་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་སྒྲུབ་པས་ཁ་ནང་དུ་བལྟས་ཏེ་འདུག་པ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར་གཟུགས་སོགས་ཕྱི་རོལ་གྱི་ཡུལ་ལ་དམིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཉོན་མོངས་པ་  
ཅན་གྱི་དབང་པོའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དག་གི་འཁོར་དུ། འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་  
པའི་ཉོན་མོངས་པ་དུག་ལས་ལྷ་བ་དང་ར་རྒྱལ་དང་གེ་ཚེས་རྣམས་ནི་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་  
མི་འབྱུང་སྟེ། དེ་དག་ནི་གཟུགས་སོགས་ཡུལ་རྣམས་ལ་མི་དམིགས་པས་དབང་  
པོའི་ཤེས་པའི་རྗེས་སུ་མི་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་ཡང་འདི་ལྟར་འཛིན་ཆོགས་ལ་ལྷ་བ་དང་། མཐར་འཛིན་པར་ལྷ་བ་  
དང་། ར་རྒྱལ་རྣམས་ནི་བདག་ལ་དམིགས་པས་ཁ་ནང་དུ་བལྟས་པའི་ཕྱིར་དང་།  
ལྷ་བ་མཚོག་ཏུ་འཛིན་པ་ནི་ལྷ་བ་དེ་དག་ལ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་དང་། རྒྱལ་བྱིམས་  
དང་བརྟུལ་ཞུགས་མཚོག་འཛིན་གྱི་རྒྱལ་བྱིམས་དང་བརྟུལ་ཞུགས་གྱིས་བདག་  
འདག་པ་འགྲོལ་བར་འཛིན་པ་ནི་ད་གྱིས་དག་བྱེད་རྒྱལ་བྱིམས་དང་བརྟུལ་ཞུགས་  
དང་། དག་བྱ་བདག་ལ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་དང་། ལོག་ལྷ་དང་། གེ་ཚེས་དང་།  
དབང་པོའི་ཡུལ་དུ་མི་རུང་བའི་བདེན་པ་དང་ལས་འབྲས་དང་། དཀོན་མཚོག་  
སོགས་ལ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་  
གཞན་གསུམ་ནི་གཟུགས་སོགས་ཡུལ་ལ་ལོགས་པར་ཞུགས་པས་དེ་དག་ནི་  
འཁོར་དུ་འབྱུང་ལ་གཞན་བདེན་པ་ལ་ལོག་པར་ཞུགས་པ་མཐོང་སྤང་གི་ཆ་རྣམས་  
ནི་གཏན་མི་འབྱུང་བར་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་དག་ལ་ཡང་ཡུལ་ལ་



ལོགས་པར་ཞུགས་པའི་དྲག་གསུམ་གྱི་ཆ་ལ་བཀགས་པ་རྣམས་འབྱུང་ལ་གཞན་  
རྣམས་མི་འབྱུང་བར་གཤམ་པར་བྱའོ། །ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་གཤམ་པའི་འཁོར་ཡང་  
གཉིས་ཏེ་ངེས་པ་དང་མ་ངེས་པའོ། །དང་པོ་ཀུན་འགྲོ་ལྟ་སྟེ། དེ་དག་ནི་དུས་ཀུན་ཏུ་  
འབྱུང་བའི་ཕྱིར་འོ། །

གཉིས་པ་ནི་ལྷག་ས་རྣམས་ཏེ། རེས་འགའ་འབྱུང་བའི་བྱིར་རོ། །ཡིད་གྱི་  
རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡང་དབང་ཤེས་ལྟར་གསུམ་སྟེ། འདི་ལྟར། ས་སྒྲིབས་ལུང་ས་  
བསྟན་གྱི་འཁོར་དུ་ནི་ཀུན་འགྲོ་ལྟ་དང་། ཡུལ་རེས་ལྟ་དང་། གཞན་འབྱུང་རྣམས་  
འབྱུང་བར་འབྱུང་རོ། །དགེ་བའི་འཁོར་དུ་ནི་དང་པ་ལ་སོགས་པ་དགེ་བ་རྣམས་  
འབྱུང་རོ། ། ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་འཁོར་དུ་ནི་ཉོན་མོངས་པ་དང་། ཉེ་བའི་ཉོན་  
མོངས་པ་རྣམས་འབྱུང་བར་འབྱུང་རོ། །དེ་ལྟར་ཡང་རྣལ་འབྱོར་སྟོན་པའི་ས་ལས་  
ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་གྲོགས་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས། རི་རྒྱད་དུ། གྲོགས་གང་  
ཞེན། འདི་ལྟ་སྟེ། ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་། རེག་པ་དང་། ཞེས་པ་ནས། རྟོག་པ་དང་།  
སྟོན་པ་དང་། དེ་ལྟ་བུའི་ཆ་དང་ས་བུན་པ་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་ཆོས་ལྟན་ཅིག་  
འབྱུང་ཞིང་མཚུངས་པར་ལྟན་པ་རྣམས་ནི་གྲོགས་ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་  
ཡིན་ལོ། །དེ་དག་ཀྱང་མཐུན་པར་རྟོགས་པའི་མཚུངས་ལྟན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་  
ཡིན་གྱི་ལྟན་ཅིག་འབྱུང་བ་ཅུང་གིས་ནི་ས་ཡིན་ལོ། །དེ་ལྟར་ན་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་  
ཤེས་པའི་འཁོར་དུ་ནི་ཅི་རིགས་པར་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་ཆོས་རྣམས་ཀུན་འབྱུང་  
རོ་ཞེས་བསྟན་པ་ཡིན་ལོ། །སེམས་ལས་བྱུང་བ་དེ་དག་ཀྱང་ས་གང་ན་དུ་ཞིག་ཡོད་

ཅེན། འདོད་པ་ཁམས་ན་ནི་ཀུན་ཏུ་འབྱུང་བའི་ཚུལ་གྱིས་བཤམས་ཅད་ཡོད་ལ་སས་  
སྤྲུལ་པའི་ཚུལ་གྱིས་ནི་ཏིང་ངེ་འཛིན་དང་གིན་ཏུ་སྤྱངས་པ་མཚན་ཉིད་པ་མེད་དམ་སྟེ་  
ཏིང་བྱུང་པར་བྱའོ། །གཞན་རྣམས་སས་བསྤྲུལ་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཀྱང་ཡོད་པ་ཡིན་ཅོ། །

བསམ་གཏན་དང་པོ་ཡན་ཆད་ན་ཞེ་སྤང་དང་དེའི་ཆ་ལ་བཏགས་པའི་ཉི་  
བའི་ཉོན་མོངས་པ་བློ་བཤམ་སོགས་པ་རྣམས་ནི་ཀུན་ཏུ་འབྱུང་བའི་ཚུལ་གྱིས་ཀྱང་  
མེད་དེ། ཀུན་ནས་མནར་སེམས་པའི་ངང་རྩལ་ཅན་ས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རྒྱུད་ཞི་  
གནས་གྱིས་བརྒྱན་པའི་ཕྱིར་ལོ། །རོ་ཚ་མེད་པ་དང་། ཁྲེལ་མེད་པ་ཡང་མེད་དེ། མི་  
དགེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་ལོ། །ཉེས་པ་མི་བྱེད་པས་དེ་བྱས་པའི་འཆབ་པ་ཡང་མེད་ལ།  
ཡོ་བྱུང་ཡོངས་སུ་བབྱུང་པ་མེད་པས་སེར་སྤྲུལ་ཡང་མེད་དོ། །ཏིང་ངེ་འཛིན་དང་གིན་  
ཏུ་འགལ་བའི་ཕྱིར་འགྱོད་པ་དང་གཉིད་དག་ཀྱང་མེད་དོ། །ཡང་ན་ཡིད་མི་བདེ་བ་  
མེད་པའི་ཕྱིར་འགྱོད་པ་མེད་ལ། ཁམ་བཅས་དང་། ལུས་སྤྲུལ་པ་ལ་སོགས་པ་གཉིད་གྱི་  
རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར་གཉིད་མེད་དོ། །བསམ་གཏན་དང་པོ་ན་ལའོར་གྱི་ཀུན་ཏུ་འཛིན་པ་  
ཡོད་པའི་ཕྱིར་དེ་འདྲིང་པའི་གཡོ་དང་རྒྱ་ཡོད་ལ། གཉིས་པ་ཡན་འཆད་ན་མེད་དོ་  
ཞེས་ཟེར་ལོ། །ཁམས་གོང་གི་དབྱུང་པ་འདི་སྒྲིབ་དཔོན་འདིས་ཞིབ་ཏུ་བཤད་པ་  
མེད་པས་འཛོད་གྱི་བཤད་པ་ལྷར་ཏུ་གནས་སོགས་ལྟར། གཉིས་པ་ཡན་ཆོད་ན་ཏོག་  
པ་དང་དབྱེད་པ་ལས་སྤྲུལ་པའི་ཚུལ་གྱིས་མེད་གྱི་ཀུན་ཏུ་འབྱུང་བའི་ཚུལ་གྱིས་མེད་  
པ་ནི་ས་ཡིན་ཏེ། དག་སྤྲུལ་བརྗོད་ལ་སོགས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ལོ། །

སེམས་ལས་བྱུང་བ་འདི་དག་ལ་ཇུས་སུ་ཡོད་པ་ནི་དུ་ཞིག་བཏགས་པའི་

ཡོད་པ་ནི་དུ་ཞིག་ཡོད་ཅིང་། ཀུན་འགྲོ་ལྟ་བུ་དག་ནི་རྩལ་སྤྱོད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ།  
 འདི་དག་གི་རང་བཞིན་ནི་སེམས་ལས་བྱུང་བ་གཞན་དང་མ་འདྲིས་པར་རང་དབང་  
 དུ་གནས་པའི་བྱིར་རོ། །ཡུལ་ངེས་པ་ལྟ་ཡང་རྩལ་སྤྱོད་པ་ཡིན་ཅོ། །དང་པ་ལ་  
 སོགས་པའི་དག་བ་རྣམས་ཀྱང་བག་ཡོད་པ་དང་བཏང་སྒྲུལ་ས་དང་། རྣམ་པར་མི་  
 འཆོ་གཏོ་མུག་མེད་པ་རྣམས་བཏགས་པར་ཡོད་པ་ཡིན་ལ། ལྷག་མ་རྣམས་ནི་རྩལ་  
 སྤྱོད་པ་ཡིན་ཅོ། །ཉོན་མོངས་པ་དག་ལས་ལྟ་བུ་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཆ་ཡིན་པས་  
 བཏགས་པར་ཡོད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ལ། གཞན་རྣམས་ནི་རྩལ་སྤྱོད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཅོ། །  
 ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་དག་ནི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཆར་གཏོགས་པའི་བྱིར་བཏགས་  
 པར་ཡོད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ལ། གཞན་དུ་འགྱུར་བ་རྣམས་ཀྱང་སེམས་པ་དང་ཤེས་རབ་  
 ཀྱི་ཆ་ཡིན་པས་བཏགས་པར་ཡོད་པ་ཡིན་ཅོ། །

ད་ནི་སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་ཀྱི་སོ་སོའི་མཆོན་ཉིད་བཤད་པར་བྱའོ། །  
 དེ་ལ་སྡེ་ཆོན་དུག་གི་དང་པོ། ཀུན་དུ་འགྲོ་བ་གསུམ་བཞུན་པར་བཞེད་ནས་སེམས་  
 པ་གང་ཞེ་ན་ཞེས་གསུངས་ཏེ། འདི་དག་རེ་རེ་ཡང་མཆོན་ཉིད་དང་བྱེད་ལས་  
 གཉིས་གཉིས་ཀྱིས་ཤེས་པར་བྱའོ། །སེམས་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་ནི། ཁབ་ལེན་  
 གྱི་དབང་གིས་ལྷགས་གཡོ་བ་ལྟར་གང་གི་དབང་གིས་དམིགས་པ་ལ་སེམས་གཡོ་  
 བར་བྱེད་པ་སྟེ། རི་སྐད་དུ། སྐད་ཅིག་གཞན་དུ་མི་གནས་ཤིང་། །བྱེ་མེད་ཡིད་ཀྱང་  
 གང་གིས་ན། །བྱེད་དང་བཅས་ལྟར་སྐད་བྱེད་པ། །སེམས་པ་དེ་ནི་ཡིད་ཀྱི་ལས། །  
 ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །ཡིད་ཀྱི་ལས་ཞེས་པ་ནི་སེམས་ལས་བྱུང་བ་གཞན་



རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་སེམས་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པས་དེའི་ཕྱིར་གཞན་ལས་རྣམས་པར་  
དབྱེ་བའི་དོན་དུ་སྒྲིམ་ཏེ། རྣམ་ཤེས་ཀུན་ཏུ་གཡོ་བ་ལྟར་བྱེད་པའི་ཆོས་གང་ཡིན་པ་  
དེ་ནི་སེམས་པ་ཡིན་གྱི། གཞན་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་ཤེས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རོ། །  
བྱེད་ལས་ནི་དགེ་བ་སོགས་གསུམ་ལ་སེམས་འཇུག་པར་བྱེད་པའི་ལས་ཅན་ཏེ་  
སེམས་པའི་དབང་གིས་སེམས་ཡུལ་དེ་དང་དེ་ལ་གཡོ་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་ངོ་བོ་ནི། སེམས་ཀྱི་འཇུག་པ་སྟེ་གང་གིས་དམིགས་པ་  
ལ་སེམས་མངོན་དུ་བྱོགས་པར་བྱེད་པའོ། །བྱེད་ལས་ནི་དམིགས་པ་ལ་སེམས་  
འཛིན་པའི་ལས་ཅན་ཏེ། དམིགས་པ་དེ་ནི་ད་ལ་སེམས་ཀྱི་རྒྱུན་ཡང་དང་ཡང་དུ་  
གཏོད་པར་བྱེད་ཅེས་པའི་བྲ་ཆེན་གྱོ། །བྱེད་ལས་འདི་ནི་མདོ་ལས་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་  
ཐོབ་པ་ནི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ཐོབ་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་དཔེར་བརྗོད་པ་ཡིན་ལ། དེའི་  
ཕྱིར་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་བྱུང་པར་ཅན་ཏིང་ངེ་འཛིན་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་བྱེད་ལས་ཀྱི་  
དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་གྱི་ཀུན་གྱི་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཡིད་ལ་བྱེད་པ་གཞན་རྣམས་ཀྱིས་ནི་  
སྐད་ཅིག་རེ་རེ་ཞིང་སེམས་དམིགས་པ་ལ་གཏོད་པར་བྱེད་པ་ཅེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

རེག་པའི་ངོ་བོ་ནི་ཡུལ་དང་དབང་པོ་དང་རྣམ་ཤེས་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་  
དངོས་པོར་འདུས་པ་ན། གང་གིས་དབང་པོའི་འགྱུར་བ་དང་འདྲ་བའི་བདེ་སོགས་  
སྒྲིང་བར་འགྱུར་བ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་ཡུལ་གྱི་རྣམ་པ་ཡོངས་སུ་གཅོད་པ་གང་  
ཡིན་པའོ། །དབང་པོའི་འགྱུར་བ་ནི་བདེ་བ་དང་སྤྲུག་བསྐྱེད་ལ་ལ་སོགས་པ་སྟེ་བ་དང་  
རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་དབང་པོའི་བྱེ་བྲག་གོ། །འདིའི་ལས་ནི་ཆོར་བ་འབྱུང་བའི་རྟེན་

བྱེད་པའི་ལས་ཅན་ཏེ། ཡུལ་དབང་རྣམ་གཤམ་གསུམ་འདུས་ཏེ་ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་  
མི་འོང་བ་དང་། བར་མར་གནས་པའི་ཡུལ་གསུམ་ཡོངས་སུ་བཅད་པ་ལས་སྤུ་  
གདུང་བར་མའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སྤྱིར་བཏགས་མཉེན་སྦྲེལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་སྐད་དུ་  
ཡང་མདོ་ལས། བདེ་བ་སྤྱིར་བར་འགྱུར་བའི་རིག་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བདེ་བའི་ཆོར་བ་  
འབྱུང་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། ། ཡུལ་སོ་སོར་ངེས་པ་རྣམས་འཆད་པ་སྐབས་སུ་  
བབ་པས་དེའི་ཕྱིར་འདུན་པ་གང་ཞེ་ན། ཞེས་སྒྲུས་སོ། །

དེ་ལ་འདུན་པའི་རོ་བོ་ནི་གང་གིས་ལྷ་བ་དང་ཉན་པ་ལ་སོགས་པ་འདོད་  
པའི་དངོས་པོ་ལ་ལྷ་བ་ལ་སོགས་པ་དེ་དང་དེ་དང་ལྷན་པར་བྱེད་འདོད་ཅིང་དོན་དུ་  
གཉེར་བ་གང་ཡིན་པའོ། །གཤོད་པའི་དངོས་པོ་ལ་ཅེས་མི་འདོད་པ་དང་བར་མ་ལ་  
འདུན་པ་མེད་པར་བསྐྱུར་པས་འདུན་པ་ཡུལ་ངེས་པར་བསྐྱུར་པ་ཡིན་ནོ། །འདིའི་  
ལས་བརྩོན་འགྲུས་རྩོམ་པའི་རྟེན་བྱེད་པས་ཏེ། གང་ལ་འདུན་པ་ཡོད་པ་དེ་ཉིད་  
སྤྱིར་བཏགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

སྤུ་བའི་རོ་བོ་ནི། རིགས་པ་དང་ཡིད་ཆེས་པའི་ལུང་ལས་མི་རྟག་པ་དང་  
རྟག་བསྐྱལ་བ་ལ་སོགས་པར་ངེས་ཤིང་གེ་ཆོས་མེད་པའི་དངོས་པོ་ལ་ཇི་ལྟར་ངེས་  
པ་བཞིན་དུ་འདི་ནི་དེ་བཞིན་ཡིན་གྱི་གཞན་དུ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་རྣམ་པ་དེ་ཉིད་  
གྱིས་སྤུ་ལས་འཛོག་པར་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པའོ། །འདི་ནི་མི་འཕྲོག་པ་ཉིད་གྱི་ལས་  
ཅན་ཏེ། མོས་པ་ཅེས་སུ་བྱེད་པ་ནི་བས་གྱི་རྟོལ་བ་རྣམས་གྱི་རང་གི་གྲུབ་པའི་  
སྐབས་ལས་མི་འཕྲོགས་ཤིང་རྣམ་པ་གཞན་དུ་བགྱི་བར་མི་ལུས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ངེས་

པའི་དངོས་པོ་ལ་ཞེས་པས་ཡུལ་ངེས་པར་བསྟན་པ་ཡིན་དེ། ས་ངེས་པ་དང་གེ་ཚོམ་  
ཟ་བ་ལ་དེ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དུན་པའི་ངོ་བོ་ནི། འདྲེས་པས་དེ་སྤར་ཉམས་སྤུ་སྤྱིར་པའི་དངོས་པོ་ལ་  
དམིགས་ནས་རྣམ་པ་སེམས་ཀྱི་བརྗེད་པ་མེད་པ་སྟེ། སྤར་བཟུང་བའི་དངོས་པོ་དེ་  
ཉིད་རྣམ་པ་ཡང་དང་ཡང་དུ་ཡིད་ལ་སེམས་པར་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པའོ། །འདིར་  
འདྲེས་པའི་དངོས་པོ་ཞེས་པ་ཡུལ་ངེས་པར་བསྟན་དེ། ས་འདྲེས་པ་ལ་དེ་མེད་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །སྤར་སྤྱིར་བའི་དངོས་པོ་ཡང་དང་ཡང་ཡིད་ལ་མཛོན་པར་བརྗེད་ཅིང་  
སེམས་པར་བྱེད་པ་འདི་ཡོད་ན་དམིགས་པ་གཞན་དང་གཞན་ལ་སེམས་རྣམ་པར་  
གཡེང་བའི་གོ་སྐབས་མེད་པས་དེའི་ཕྱིར་འདི་ནི་རྣམ་པར་གཡེང་བ་མེད་པའི་ལས་  
ཅན་ཡིན་ཅོ། །ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་ངོ་བོ་ནི་ཡོན་ཏན་དང་ལྷན་པའི་སྦྱོན་དང་ལྷན་པར་  
བརྟག་པར་བྱ་བའི་དངོས་པོ་ལ་དམིགས་ནས་རྣམ་པ་དེ་ཉིད་ལ་སེམས་ཀྱི་རྒྱན་  
འཛིག་པའི་སྒྲིམས་ཅི་གཅིག་དུ་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པའོ། །དེ་ལ་བརྟགས་པར་བྱ་བའི་  
དངོས་པོ་ནི་བདེན་པ་བཞི་ལ་སོགས་པ་རྟོགས་པ་སྦྱོན་དུ་གཏོང་པ་དག་གི་མཛོན་  
པར་མཐོ་བ་དང་ངེས་པར་ལེགས་པའི་ཐབས་སུ་བརྟག་པར་བྱ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ།  
དེ་ཡང་འགོག་པ་དང་ལས་ཀྱི་བདེན་པ་དག་ནི་ནི་བ་ལ་སོགས་པ་དང་། ངེས་པར་  
འབྱེན་པ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་བརྟགས་པའི་སྒྲིམས་ཡོན་ཏན་དང་ལྷན་པ་ཡིན་ལ།  
སྤྱུག་བསྐྱེལ་དང་ཀུན་འབྱུང་དག་ནི་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པ་དང་། རྒྱ་ཀུན་འབྱུང་ལ་  
སོགས་པའི་རྣམ་པས་སྦྱོན་དང་ལྷན་པར་བརྟག་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཅོ། །དེ་བཞིན་དུ་ས་



གོང་མ་རྣམས་ནི་ཞི་བ་དང་འོག་མ་རྣམས་ནི་རྒྱལ་པོ་རྣམ་པ་ཅན་དང་། ལས་  
 དགེ་བ་དག་ནི་སྤང་བར་བྱ་བ་དང་། མི་དགེ་བ་རྣམས་དོར་བར་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་  
 ཅི་རིགས་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །སེམས་མཉམ་པར་བཞག་ན་ཡང་དག་པར་ངི་ལྟ་བ་  
 བཞིན་དུ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པའི་བྱིར་འདི་ནི་ཤེས་པའི་རྟེན་བྱེད་པའི་ལས་ཅན་ཡིན་ལོ། །  
 ཤེས་རབ་ཀྱི་རོ་བོ་ནི། བརྟག་པར་བྱ་བའི་དངོས་པོ་དེ་ཉིད་ལ་དམིགས་ནས་རྣམ་པ་  
 རང་དང་སྤྱི་འཇུག་ཉིད་ལྟ་བུར་བློ་རོར་སྒྲུང་བའི་ཆོས་རྣམས་ཡང་དག་པའོ། །  
 ལོག་པར་སོ་སོར་མ་འདྲེས་པར་རྣམ་པར་འབྱེད་ཅིང་རྟོག་པར་བྱེད་པ་གང་ཡིན་  
 པའོ། །

དེ་ཡང་རིགས་པས་བསྐྱེད་པ་དང་། རིགས་མ་ཡིན་པས་བསྐྱེད་པ་དང་།  
 དེ་དག་ལས་གཞན་པ་དང་རྣམ་པ་གསུམ་མོ། །དེ་ལ་ཡིད་ཆེས་པའི་ལུང་དང་། རྗེས་  
 སྤྱད་པག་པ་དང་། མདོར་སུམ་ཏེ་རྣམ་པ་དེ་གསུམ་གྱིས་བསྐྱེད་པ་གང་ཡིན་པ་ནི་  
 རིགས་པས་བསྐྱེད་པའི་ཤེས་རབ་ཅེས་བྱའོ། །དེ་ཡང་ཐོས་པ་དང་བསམ་པ་དང་།  
 སྒྲོམ་པ་ལས་བྱུང་བ་རྣམ་གསུམ་ཡིན་ལ། དེ་དག་ཀྱང་གོ་རིམ་བཞིན་དུ། ཡིད་ཆེས་  
 པའི་ལུང་ཐོབ་པ་ལས་བྱུང་བ་དང་། རང་ཉིད་ཀྱི་རིགས་པས་བརྟགས་ཤིང་དབྱུང་པ་  
 ལས་བྱུང་བ་དང་། ཡང་དག་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་བསྒྲོམས་པའི་སྟོབས་ལས་བྱུང་བའི་  
 ཤེས་རབ་རྣམས་ཡིན་ལོ། །

རིགས་པ་མ་ཡིན་པས་སྐྱེད་པ་ཡིན་པ་ནི། ཡིད་ཆེས་པ་མ་ཡིན་པ་དང་།  
 རྗེས་སྤྱད་པག་པ་ལྟར་སྒྲུང་བ་དང་། ལོག་པར་བསམས་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་ལས་

བྱུང་བ་གང་ཡིན་པ་རྣམས་ཏེ། དེ་དག་ཀྱང་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་ཕྱི་རོལ་པ་རྣམས་ཀྱི་  
ཐོས་པ་དང་བསམས་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་རབ་གང་ཡིན་པ་དང་། དེ་དག་གི་རྟོག་  
གོ་རུན་པས་སྐྱེད་པའི་ཤེས་རབ་དང་། བསམ་གཏན་བསྒྲུམས་པའི་མཐུས་བདག་དང་  
འཛིག་རྟེན་རྟག་མི་རྟག་སོགས་སུ་འབྱེད་པར་བྱེད་པའི་ཤེས་རབ་རྣམས་ཡིན་ནོ། །

དེ་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པ་ནི་སྐྱེ་བས་བྱོབ་པ་དང་། འཛིག་རྟེན་གྱི་ལྷགས་  
ཤེས་པའི་ཤེས་རབ་གང་ཡིན་པ་ལོ། །འདི་ནི་སོམ་ནི་སྒྲོག་པའི་ལས་ཅན་ཡིན་ཏེ།  
ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཚོས་རབ་དུ་རྣམ་པར་བྱེ་ནས་མཐུའ་གཅིག་དུ་ངེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
བརྟག་པར་བྱ་བའི་དངོས་པོ་ལ་ཞེས་པས། ཏིང་ངེ་འཛིན་དང་ཤེས་རབ་གཉིས་ཀ་  
ཡུལ་ངེས་པར་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། བརྟག་བྱ་ས་ཡིན་པའི་དངོས་པོ་ལ་འདི་དག་  
འཇུག་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡུལ་ངེས་པའི་འོག་དུ་དགེ་བ་རྣམས་འཆད་དགོས་  
པས་དེའི་ཕྱིར་དད་པ་གང་ཞེན་ཞེས་སྒྲོས་སོ། །དེ་ཡང་རྣམ་པར་གཏན་ལ་དབབ་པ་  
སྟེ་བར། ཚོས་དེ་དག་ཇི་ལྟར་པན་ཚུན་མཚུངས་པར་ལྟན་པར་ལྟ་བར་བྱ་ཞེ་ན།  
སྒྲུས་པ་ངེས་པའི་དུས་ན་ནི་དང་པ་དང་མཚུངས་པར་ལྟན་ནོ། །ཀུན་ནས་ཉོན་  
མོངས་པ་ལས་སྒྲོག་པའི་དུས་ན་ནི་བདག་དང་གཞན་ལ་རྟེན་ནས་ངོ་ཚ་ཤེས་པ་དང་  
ཁྲེལ་ཡོད་པ་དང་ངོ། །དགེ་བའི་སྒྲོགས་ཀྱི་ལས་ལ་འཇུག་པའི་དུས་ན་ནི་མ་ཆགས་  
པ་དང་། ཞེ་སྒྲུང་མེད་པ་དང་། གཏི་མུག་མེད་པ་དང་། བརྩོན་འགྲུས་དང་ངོ། །  
འཛིག་རྟེན་པའི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་དུས་ན་ནི་གིན་དུ་སྦྱངས་པ་དང་ངོ། །  
འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་དུས་ན་ནི་བག་ཡོད་པ་

དང་། བཏང་སྒྲོམས་དང་ངོ་། །སེམས་ཅན་ལ་པན་འདོགས་པའི་དུས་ན་ནི་རྣམ་  
པར་མི་འཆོ་བ་དང་། དེ་ནི་སྒྲིང་རྗེས་བསྐྱུས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་ངོ་། །ཞེས་པའི་རྗེས་  
སྐྱེ་འབྲངས་ནས་འདི་དག་སྒྲེ་དག་སྒྲེ་ཆོན་དུག་ཏུ་སྐྱུས་ནས་བསྐྱུན་པར་བྱའོ། །

དེ་ལ་རེ་ཞིག་ངེས་པའི་དུས་སྐྱེ་མཆོངས་པར་ལྟན་པ་དད་པ་ལ་རྣམ་པ་  
གསུམ་ཏེ། ཡོད་པ་ཡོན་ཏན་ཅན་ནས་ཡོན་ཏན་ཅན་མ་ཡིན་པ་ལ་མངོན་པར་ཡིད་  
ཆེས་པའི་རྣམ་པ་དང་། ཡོད་པ་ཡོན་ཏན་ཅན་ལ་དང་བའི་རྣམ་པ་དང་། ཡོད་པ་ཡོན་  
ཏན་ཅན་བསྐྱེད་པའམ། ཐོབ་པར་རྣམ་པ་ལ་འདོད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་དད་པ་  
རྣམས་སོ། ། དེ་ལ་ཡོད་པ་རྣམས་ལ་ཡིད་ཆེས་པའི་དད་པ་གང་ཞེ་ན། བསོད་  
ནས་ལ་སོགས་དགེ་བ་རྣམས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ནི་འདོད་པའོ། །མི་དགེ་བ་རྣམས་ཀྱི་  
འབྲས་བུ་ནི་མི་འདོད་པའི་ཞེས་མངོན་པར་ཡིད་ཆེས་པ་དང་། སྐྱུག་བསྐྱེལ་གཤེས་  
པར་བྱ། ཀུན་འབྱུང་སྤང་བར་བྱའོ་ཞེས་མངོན་པར་ཡིད་ཆེས་པ་གང་ཡིན་པའོ། །

ཡོན་ཏན་ཅན་ལ་དང་བའི་དད་པ་གང་ཞེ་ན། སངས་རྒྱས་དང་། ཆོས་དང་  
དགེ་འདུན་རྣམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་རྗེས་སྐྱེད་པའི་སྒྲོ་ནས་དེ་དག་ལ་སྐྱེ་བྱིང་ཞེས་བྱེད་  
པ་དང་། མིག་ནས་མཆི་མ་འབྱུང་བ་ལ་སོགས་པས་མཆོན་པའི་དང་བ་གང་ཡིན་  
པས་ཏེ། འདི་ནི། རོར་བུ་རྒྱ་དྲངས་བྱེད་གྱིས་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་སེམས་པ་ལྟར། འདིས་རང་  
གང་ལ་མཆོངས་པར་ལྟན་པའི་སེམས་དེ་ལ་ཉོན་མོངས་པ་དང་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་  
པའི་རྒྱུ་ལ་སེམས་པར་བྱེད་པའི་སྒྲོ་ནས་སེམས་དང་བར་བྱེད་པའི་བྱིར་དང་བའི་  
དང་པ་ཞེས་བྱའོ། །



ནུས་པ་རྣམས་ལ་འདོད་པའི་དད་པ་ནི་སྤྲུག་བསྐྱེལ་མ་ལུས་པ་འགགས་  
 པའི་མཆོན་ཉིད་ཅན་གྱི་འགོག་པ་བློ་བ་པར་འདོད་པ་དང་། དེའི་རྒྱ་ལམ་མ་ལུས་པ་  
 བསྐྱེད་པར་ནུས་སོ་སྤྲུལ་དུ་འདོད་པ་གང་ཡིན་པའོ། །དེ་ལྟར་ན་འདོད་པའི་རྣམ་པ་  
 ཡིན་པའི་བྱིར་སྤྱོད་པའི་འདུན་པ་གང་རུང་དུ་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་  
 ཏེ་སྤྱོད་པ་ནི་བྱིན་ཅི་ལོག་གི་ཀུན་ནས་སྤྱང་བས་ཉོན་མོངས་སྐྱེ་བ་དང་རྗེས་སུ་  
 མཐུན་པའི་ཡུལ་ལ་དམིགས་པ་ཡིན་ལ་དད་པ་རྣམ་པར་བྱུང་བ་བསྐྱེད་པ་དང་རྗེས་  
 སུ་མཐུན་པའི་ཡུལ་ལ་དམིགས་པ་ཡིན་པས་མཚུངས་པ་མ་ཡིན་ལ། འདུན་པ་ནི་  
 དད་པ་ནི་སྤོན་དུ་འགྲོ་བ་ཡིན་པས་འདུན་པར་ཡང་མི་འགྱུར་རོ། །འདི་ནི་འདུན་  
 པའི་རྗེན་བྱེད་པའི་ལས་ཅན་ཡིན་ཏེ། གང་ལ་དད་པ་དེ་ཉིད་ལ་དོན་དུ་གཉེར་བར་  
 བྱེད་པའི་བྱིར་རོ། །

ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ལས་ལྷོག་པའི་དུས་སུ་མཚུངས་པར་ལྷན་པའི་ངོ་  
 ཆེ་གེས་པ་དང་བྲེལ་ཡོད་པ་གཉིས་ལ་རེ་ཞིག་ངོ་ཆེ་གེས་པ་ནི། བདག་གམ་ཆོས་རྒྱ་  
 མཆོན་དུ་བྱས་ནས་ཁ་ན་མ་བློ་བ་ལུས་ངག་གི་ཉིས་པར་སྦྱོད་པས་འཇོམ་ཞིང་བག་  
 ལུམས་པར་འཇིགས་པར་ལྟ་བ་གང་ཡིན་པའོ། །དེ་ལ་བདག་རྒྱ་མཆོན་དུ་བྱས་པ་  
 ནི་རིགས་དང་གེས་རྒྱ་དང་རྒྱུ་པ་བྲིས་མ་ལ་སོགས་པ་ཡོན་ཏན་གྱི་རྣམ་པ་འདི་ལྟ་བུ་  
 དག་དང་ལྷན་པའི་བདག་ལྟ་བུས་སྤྲུག་པའི་རྣམ་པ་འདི་ལྟ་བུ་བྱ་བར་ག་ལ་རིགས་  
 སྤྲུལ་པའོ། །

ཆོས་རྒྱ་མཆོན་དུ་བྱས་པ་ནི་རྣམ་པར་སྦྱོན་པ་མི་འདོད་པ་འབྱུང་བ་དང་

གཞན་ལ་གནོད་པ་བྱེད་པར་ཞུགས་པ་ནི་ཆོས་ལས་ཀྱང་སྦྱད་དོ། །སྒྲིམ་པས་ཁ་ན་  
མ་ཐོ་བས་འཛིགས་པར་ལྷ་བ་གང་ཡིན་པའོ། །

ཁྲེལ་ཡོད་པ་ནི། ལུས་རག་གི་བྱ་བ་རན་པ་འདི་ལྷ་བུའི་ནི་འཛིག་རྟེན་ན་  
ཡང་སྦྱད་དོ། །དེའི་ཕྱིར་བདག་གི་འདི་ལྷ་བུ་བྱས་པར་ལ་ལས་རིག་ན་སྦྱོད་པར་  
འགྱུར་རོ་ཞེས་གཞན་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་ཁ་ན་མ་ཐོ་བས་འཛིམ་ཞིང་འཛིགས་  
པར་ལྷ་བ་གང་ཡིན་པའོ། །འདི་དག་གཉིས་ཀས་ཀྱང་། ཉེས་པར་སྦྱོད་པའི་རྒྱུ་ནི་  
བར་གནས་པ་དེ་ལས་ལྷོག་པར་བྱེད་པས་ཉེས་པར་སྦྱོད་པ་སྒྲིམ་པའི་རྟེན་བྱེད་པའི་  
ལས་ཅན་ཡིན་ནོ། །

དགེ་བ་ལ་འཇུག་པའི་དུས་སུ་མཚུངས་པར་ལྷན་པའི་མ་ཆགས་པ་ལ་  
སོགས་པ་བཞི་ལས། མ་ཆགས་པ་ནི་སྦྱོད་པའི་ལུས་དང་དེ་ལ་ཉི་བར་འཁོ་བའི་ཡོ་  
བྱེད་ཟས་གོས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ལ་ཆགས་པའི་གཉིན་པོར་གྱུར་པ་ནི་ཆགས་པ་  
མེད་པ་སྟེ། དེ་དག་ལ་ཡིད་འབྱུང་ཞིང་དང་དུ་མི་ལེན་པ་གང་ཡིན་པའོ། །ཆགས་  
པས་ཉེས་སྦྱོད་ཀྱི་རྒྱ་བྱེད་ལ་འདིས་དེའི་གཉིན་པོ་བྱེད་པས་དེའི་ཕྱིར་འདི་ནི་ཉེས་  
པར་སྦྱོད་པ་ལ་མི་འཇུག་པའི་རྟེན་བྱེད་པའི་ལས་ཅན་ཡིན་ནོ། །འོག་མ་གཉིས་ལ་  
ཡང་དེ་བཞིན་དུ་སྦྱར་རོ། །

ཞེས་མེད་པ་ནི། དགྲ་ལ་སོགས་པ་ཡིད་དུ་མི་འོང་བའི་སེམས་ཅན་དང་།  
རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཆོར་བ་སྟུག་བསྐྱེད་པ་དང་། དུག་མཚོན་ལ་སོགས་པ་གང་ལས་སྟུག་  
བསྐྱེད་པའི་གནས་སུ་གྱུར་པའི་ཆོས་རྣམས་ལ་ཀུན་ནས་མནར་སེམས་པ་

མེད་པ་བྱམས་པའི་བདག་ཉིད་གང་ཡིན་པའོ། །

གཏི་མུག་མེད་པ་ནི་གཏི་མུག་གི་གཉེན་པོར་གྱུར་པས་དེ་ཡང་དག་པ་ཕྱིན་  
 ཅི་མ་ལོག་པར་རྟོགས་པའོ། །དེ་ཡང་ཤེས་པ་དང་སོ་སོར་བརྟགས་པའི་བྱེ་བྲག་གིས་  
 རྣམ་པ་གཉིས་ཡིན་ལ། ཤེས་པ་ནི་རྣམ་པར་སྦྱིན་པ་ལས་བྱུང་བ་དང་། ལུང་ལས་  
 བྱུང་བ་དང་བསམས་པ་ལས་བྱུང་བ་དང་རྟོགས་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་བྱེ་  
 བྲག་གིས་རྣམ་པ་བཞི་སྟེ། དེ་དག་གྲང་གོ་རིམ་བཞིན་དུ། སྦྱོར་བས་ཐོབ་པ་དང་།  
 ཐོས་པས་ལས་འབྱུང་བ་དང་། བསམ་པ་ལས་བྱུང་བ་དང་། སྦྱོམ་པ་ལས་བྱུང་བའི་  
 ཤེས་རབ་རྣམས་ཡིན་ནོ། །སོ་སོར་བརྟགས་པ་ནི་ཤེས་རབ་བརྟན་པ་དང་བཅས་པ་  
 ཉིད་དོ། །བརྟན་པ་ཞེས་པ་ནི་ཤེས་རབ་དང་། བརྩོན་འགྲུས་དང་། ཉིང་རེ་འཇིན་  
 རྣམས་ཡིན་ལ། དེ་ལ་ཤེས་རབ་ཀྱིས་རྫས་གཉིས་མཚུངས་པར་ལྡན་པ་མི་སྲིད་པས་  
 དེའི་ཕྱིར་ཉིང་རེ་འཇིན་དང་བརྩོན་འགྲུས་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་ཤེས་རབ་ལ་  
 འདིར་སོ་སོར་བརྟགས་པ་ཞེས་བཤད་པའོ། །བརྩོན་འགྲུས་ནི་དགེ་བ་སྐྱབ་པ་ལ་སེམས་  
 མངོན་པར་སྦྱོར་བ་ལེ་ལོའི་གཉེན་པོར་གྱུར་པའོ། །དགེ་བ་རི་ལྡན་བྱ་ལ་སེམས་སྦྱོར་བ་  
 ཡིན་ཞེ་ན། ཐོག་མར་དགེ་བ་སྐྱབ་པར་འདོད་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་གྱི་གོ་ཆ་དང་  
 དེའི་འོག་རྩ་རི་ལྡན་གོ་ཆ་གྱེན་པ་ལྟར་དགེ་བ་བསྐྱབ་པ་ལ་ཞུགས་པའི་སྦྱོར་བ་དང་།  
 སྐྱབ་བྱ་རྒྱ་ཆེན་པོ་ལ་སེམས་མི་ཞུམ་ཞིང་མི་འགོང་བ་དང་། མི་མཐུན་སྟོགས་ཀྱི་  
 གཞོད་པས་སྦྱོར་སྦྱོར་སྦྱོར་བ་ལས་མི་ལྟོག་པ་དང་། དགེ་བ་ཅུང་ཟད་ཀྱིས་ཚོག་པར་མི་  
 འཇིན་པ་རྣམས་ལའོ། །ཡུལ་དེ་དག་ལ་མངོན་པར་སྦྱོར་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་གྲང་།



གོ་རིམ་བཞིན་དུ། གོ་ཆ་དང་། སྦྱོར་བ་དང་། མི་འགོང་བ་དང་། མི་ལྷོག་བ་དང་།  
 ཆོག་པར་མི་འཛིན་པའི་བརྩོན་འགྲུས་ནུམས་ཡིན་ཅོ། །འདི་དག་ནི་དགེ་བའི་ཆོས་  
 ནུམས་ལ་མཐུང་བ་ལྟར་ལ། བརྩོན་འགྲུས་དང་ལྟར་ལ། སྦྱོར་བ་དང་ལྟར་ལ་དང་།  
 བརྩལ་བ་བརྟན་པ་བརྩོན་པ་མི་འདོར་བ་ཞེས་པའི་མདོའི་ཆོག་ནུམས་ཀྱི་རྩིས་སུ་  
 འབྲངས་ཏེ་བཤད་པའོ། །འདི་དང་རྩིས་སུ་མཐུན་པར་མདོ་སྤེལ་གྱིན་ལས་ཀྱང་ཐོག་  
 མར་གོ་ཆའི་བརྩོན་འགྲུས་དེ་ནས་ནི། ཚུལ་བཞིན་རབ་ཞུགས་སྦྱོར་བའི་བརྩོན་  
 འགྲུས་ཏེ། །མ་ཞུས་མི་འབྲུག་ཆོག་མི་ཤེས། །བརྩོན་འགྲུས། ཞེས་གང་གསུངས་པ་  
 ཡིན་ཅོ། །བརྩོན་འགྲུས་ནི་བྱ་བ་ལ་མདོན་པར་སྦྱོར་བའི་ཞེས་པ་ཙམ་སྦྱོས་ན་མི་དགེ་  
 བའི་བྱ་བ་ལ་མདོན་པར་སྦྱོར་བ་ཡང་བརྩོན་འགྲུས་སུ་བྲལ་པར་གྱུར་ན་མི་རུང་བས་དེའི་  
 སྦྱོར་གོ་ཆ་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་ལ་སེམས་སྦྱོར་བ་ཞེས་བྱུང་པར་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ཅོ། །  
 མི་དགེ་བ་ལ་སྦྱོར་བའི་སྦྱང་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཀྱིས་ལེ་ལོ་ཉིད་ཡིན་གྱི་དགེ་བ་མ་ཡིན་ཅོ། །  
 ཉོན་མོངས་ཙན་ནུམས་ནི་ཤིན་ཏུ་གོམས་པའི་སྦྱོར་བར་བྱ་ཅི་དགོས་ཞེ་ན། བལ་  
 ཆེར་ནི་དེ་ལྟར་ཡིན་མོད་ཀྱི་སྦྱོར་བ་ལ་ལྷོས་པ་ཡང་ཅུང་ཟད་ཡོད་པ་ཡིན་ཅོ། །ཡོངས་  
 སུ་རྫོགས་པར་བྱེད་པ་ནི་དངོས་གཞི་ལ་འདུག་པ་ལྟ་བུའོ། །ཡོངས་སུ་སྦྱུང་བ་པ་ནི་དེ་  
 ཉིད་ལེགས་པར་སྦྱངས་བ་བྱས་པ་ཉིད་དོ། །

འཛིག་རྟེན་པའི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་དུས་སུ་མཚུངས་པར་ལྟར་  
 པའི་ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་པ་ནི། ལུས་ཀྱི་གནས་ངན་ལེན་ལུས་ལས་སུ་མི་རུང་བ་དང་།  
 སེམས་ཀྱི་གནས་ངན་ལེན་ནི། གང་གིས་སེམས་ཏིང་ངེ་འཛིན་ལ་སོགས་པའི་དགེ་

བའི་དམིགས་པ་ལ་བཀོལ་དུ་མི་རུང་བར་བྱེད་པའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་ཚོས་  
 གྱི་ས་བོན་རྣམས་རྒྱན་གཙོང་པའི་རྒྱར་གྱུར་པ་གང་ཡིན་པའོ། །དེ་དག་ཀྱང་གང་ཞེས།  
 ལུས་དང་སེམས་ལས་སུ་རུང་བ་ཉིད་དོ། །དེ་ལ་ལུས་ལས་སུ་རུང་བ་ནི་ལུས་ཀྱི་བྱ་  
 བ་ལྟར་བ་ཡང་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཇི་ལྟར་འདོད་པ་བཞིན་དུ་བཀོལ་དུ་རུང་བའོ། །

སེམས་ལས་སུ་རུང་བ་ནི། སེམས་ཇི་ལྟར་འདོད་པའི་དག་བའི་དམིགས་  
 པ་ལ་བཀོལ་དུ་རུང་བའོ། །དེ་དག་ལ་གོ་རིམ་བཞིན་དུ། ལུས་ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་པ་དང་།  
 སེམས་ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་པ་ཞེས་ཀྱང་བྱའོ། །ཇི་སྐད་བཤད་པའི་མཆོན་ཉིད་ཅན་གྱི་  
 ལུས་དང་སེམས་ལས་སུ་རུང་བ་ཉིད་ནི། ལུས་དང་སེམས་ཉིད་མ་ཡིན་ནམ་དེ་དག་  
 ཇི་ལྟར་ན་སེམས་ལས་སུ་རུང་བར་འགྱུར་ཞེས། ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་པ་ནི་འདིས་ལུས་དང་  
 སེམས་ལས་སུ་རུང་བར་བྱེད་པས་དེའི་བྱིར་དང་ལུས་དང་སེམས་ལས་སུ་རུང་བ་  
 ཉིད་ཅེས་བྱའོ། ལུས་དང་སེམས་ལས་སུ་རུང་བའི་རང་བཞིན་ནི་མ་ཡིན་མོ། །དེའི་  
 བྱིར་གང་དང་ལྡན་ན་ཇི་སྐད་བཤད་པའི་མཆོན་ཉིད་ཅན་གྱི་ལུས་སེམས་ལས་སུ་  
 རུང་བ་འབྱུང་བའི་སེམས་ལས་སུ་རུང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་ནི་འདིར་ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་པ་  
 ཞེས་བསྟན་པ་ཡིན་མོ། །འདིས་སེམས་དམིགས་པ་ལ་ཇི་ལྟར་འདོད་པ་བཞིན་དུ་  
 བཀོལ་དུ་རུང་བར་བྱེད་པས་དེའི་བྱིར་འདི་ནི་ཉོན་མོངས་པ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲིབ་པ་  
 ཐམས་ཅད་སེལ་བའི་ལས་ཅན་ཡིན་མོ། །

འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་དུས་སུ་མཆོངས་  
 བར་ལྡན་པའི་བག་ཡོད་དང་བཏང་སྒྲོམས་གཉིས་ལས། བག་ཡོད་པ་ནི་མ་ཆགས་

པ་ནས་བརྩོན་འགྲུས་དང་བཅས་པ་ལ་གནས་ནས་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་དང་།  
 ཟག་པ་མེད་པའི་དགེ་བའི་ཚོས་རྣམས་ཡང་དང་ཡང་མཛོན་དུ་བྱེད་པའི་སྒྲོ་ནས་  
 སྒྲོས་པ་དང་ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་ཚོས་ཉོན་མོངས་པ་དང་ཉི་བའི་ཉོན་མོངས་པ་  
 དང་དེ་དག་སྒྲིབ་པ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་ཡུལ་རྣམས་ལ་སེམས་བསྐྱེད་ཤིང་བག་  
 ཡངས་སུ་མི་གཏོང་བ་གང་ཡིན་པའོ། །དེས་ན་བརྩོན་འགྲུས་དང་བཅས་པའི་མ་  
 ཆགས་པ་ལ་སོགས་པས་མི་དགེ་བ་སྒྲོང་ཞིང་དེའི་གཉེན་པོ་བསྒྲོམ་པར་བྱེད་པས་  
 དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་ལ་བག་ཡོད་པ་ཞེས་གདགས་སོ། །འཛིག་རྟེན་པའི་སྤུན་སུམ་  
 ཚོགས་པ་ལུས་དང་ཡོངས་སྒྲིབ་བྱེད་པར་ཅན་དང་འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་སྤུན་  
 སུམ་ཚོགས་པ་བྱང་ཆུབ་རྣམ་པ་གསུམ་ལ་སོགས་པ་ནི་བརྩོན་འགྲུས་དང་བཅས་  
 པའི་མ་ཆགས་པ་ལ་སོགས་པས་སྒྲུབ་ཅིང་ཡོངས་སུ་རྒྱོགས་པར་བྱེད་པས་དེའི་  
 ཕྱིར་བག་ཡོད་པ་ནི། འཛིག་རྟེན་དང་འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་སྤུན་སུམ་ཚོགས་  
 པ་གསལ་ཅད་ཡོངས་སུ་རྒྱོགས་པར་བྱེད་པ་དང་། ཡོངས་སུ་སྒྲུབ་པའི་ལས་ཅན་  
 ཡིན་ཅོ། །བཏང་སྒྲོམས་ནི་གང་གིས་བོག་མར་སེམས་བྱིང་ཚོད་གིས་མི་མཉམ་པ་  
 མེད་པར་བྱེད་པས་སེམས་མཉམ་ཉིད་དུ་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པ་དང་། བར་དུ་མཛོན་  
 པར་འདུ་བྱེད་པ་མེད་པར་དམིགས་པ་ལ་རང་གི་རང་གིས་འཇུག་པར་བྱེད་པའི་སྒྲོ་  
 རས་སེམས་རྣལ་དུ་འདུག་པ་ཉིད་དུ་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པ་དང་། བར་མར་བྱིང་ཚོད་གི་  
 གཉེན་པོ་ལ་རྩོལ་བ་མི་དགོས་པས་སེམས་ལྟན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཉིད་དུ་གནས་པར་  
 བྱེད་པ་གང་ཡིན་པའོ། །དེ་ལ་སེམས་རྣལ་དུ་འདུག་པའི་དུས་ན་ནི་སྒྲོམས་ནས་རིང་



པོ་མ་ཡོན་པའི་བྱིར་བྱིར་བ་དང་རྒྱུང་གི་དགོས་པ་དང་ལྷན་པ་ཡིན་ལ།  
 སེམས་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཉིད་དུ་གནས་པ་ན་ནི། སྒྲོམ་པ་བྱུང་ཞུགས་པས་མི་མཐུན་  
 བྱུགས་ཐག་རིང་དུ་གྱུར་པའི་བྱིར་བྱིར་རྒྱུང་གི་དོགས་པ་མེད་ལ་དེའི་བྱིར་དེ་  
 དག་གི་གཞིན་པོ་ལ་རྩིས་པ་མི་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །སེམས་མཉམ་པ་ཉིད་ལ་སོགས་  
 པ་ནི་སེམས་བཏང་སྒྲོམས་སུ་གནས་པའི་དོན་ཡིན་ལ། སེམས་ལས་བྱུང་བ་གང་  
 གིས་སེམས་བཏང་སྒྲོམས་སུ་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་བཏང་སྒྲོམས་ཞེས་བྱའོ། །  
 སེམས་ཇི་སྐད་བཤད་པའི་བཏང་སྒྲོམས་ལ་གནས་པ་ན་ཆགས་སོགས་ཀུན་ནས་  
 ཉོན་མོངས་པ་སྒྲེབ་པའི་གོ་སྐབས་མེད་པས་དེའི་བྱིར་བཏང་སྒྲོམས་ནི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་  
 པའི་གོ་སྐབས་མི་འབྱེད་པའི་རྟེན་བྱེད་པའི་ལས་ཅན་ཡིན་ནོ། །སེམས་ཅན་ལ་ཕན་  
 འདོགས་པའི་དུས་སུ་མཆུངས་པར་ལྷན་པའི་རྣམ་པར་མི་འཆོ་བ་ནི་པ་རོལ་སྤྲུག་  
 བསྐྱལ་པའི་བྱུང་པར་མཐོང་ན་མི་བཟོད་པར་གྱུར་པ་སྒྲིང་རྗེ་བའི་སེམས་ཉིད་དོ། །  
 དེ་ཡང་ཞེ་སྤང་མེད་པའི་ཆར་གདོགས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་བཏགས་པར་ཡོད་པ་ཡིན་གྱི་  
 རྗེས་སུ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་དང་ལྷན་ན་གསོད་པ་དང་འཆིང་བ་ལ་སོགས་པས་ཐོ་མི་  
 འཆོམས་ཞིང་གཞན་ལ་གཞོད་པ་མི་བྱེད་པ་དེའི་བྱིར་འདི་ནི་ཐོ་མི་འཆོམ་པའི་ལས་  
 ཅན་ཡིན་ནོ། །དགེ་བ་རྣམས་ཀྱི་འོག་དུ་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་སྐབས་སུ་བབ་པས་  
 དེའི་བྱིར་འདོད་ཆགས་གང་ཞེན་ཞེས་སྒྲོས་སོ། །

དེ་ཡང་རྣམ་པར་གཏན་ལ་དབབ་པ་བསྐྱུབ་ལས། ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ཀྱི་  
 གནས་དུ་ཡོད་ཅིན། སྒྲུས་པ། དུག་སྒྲེ། མ་རིག་པ་དང་བཅས་གིང་ཡོད་དུ་འོང་ལ་

ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡུལ་དང་མ་རིག་པ་དང་བཅས་ཤིང་ཡིད་དུ་མི་འོང་  
ལ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡུལ་དང་། ཚུལ་བཞིན་མ་ཡིན་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་  
པ་དང་བཅས་ཤིང་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡུལ་དང་མ་རིག་པ་དང་བཅས་  
ཤིང་རང་གི་ཉི་བར་ལེན་པའི་ཡུང་པོ་རྣམས་དང་སེམས་ཅན་དཔལ་པ་དང་མཚུངས་  
པ་དང་བྱུང་བར་དུ་འཕགས་པ་རྣམས་དང་ཐོབ་པར་བྱ་བ་མ་ཐོབ་པ་ལ་སྦྱིན་ཅི་ལོག་  
དང་ཡོན་ཏན་ལ་སྦྱིན་ལོག་དང་། མ་རིག་པ་དང་ཚུལ་བཞིན་མ་ཡིན་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་  
པ་དང་བཅས་ཤིང་དཔལ་པ་མ་ཡིན་པའི་ཆོས་ཉན་པ་དང་། མ་རིག་པ་དང་ཚུལ་  
བཞིན་མ་ཡིན་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་བཅས་ཤིང་དཔལ་པ་མ་ཡིན་པའི་ཆོས་ཉན་པ་  
དང་ལེ་ལོའོ། །

དེ་ལ་དང་པོ་ནི་སྤང་བར་མངོན་པར་དགའ་བ་ཉིད་ཀྱི་སྦྱིར་རོ། །གཉིས་པ་  
ནི་འབྲལ་བར་མངོན་པར་དགའ་བ་ཉིད་ཀྱི་སྦྱིར་རོ། །གསུམ་པ་ནི་ཡུལ་ལ་སྦྱིན་ཅི་  
ལོག་པ་ཉིད་ཀྱི་སྦྱིར་རོ། །བཞི་པ་ནི་འགྲན་ཅིང་མངོན་པའི་ར་རྒྱལ་བྱེད་པ་ཉིད་ཀྱི་  
སྦྱིར་རོ། །ལྔ་པ་ནི་ལོག་པའི་ཆོས་ལ་མངོན་པར་ཞེན་ཅིང་སྦྱབ་པའི་སྦྱིར་རོ། །དྲུག་  
པ་ནི་སྦྱབ་པ་དང་ལྡོག་པར་མི་བྱེད་པའི་སྦྱིར་གནས་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ། །ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར་གནས་དྲུག་ལས་བྱུང་བའི་ཉོན་མོངས་པ་ཡང་དྲུག་གོ། །

དེ་ལ་གནས་དང་པོ་སྤང་བར་མངོན་པར་དགའ་བ་ཉིད་ལས་བྱུང་བའི་  
འདོད་ཆགས་ནི་ཁམས་གསུམ་པའི་ལུས་དང་ལོངས་སྤྱོད་ལ་རྗེས་སུ་ཆགས་ཤིང་  
ཞེན་པས་འབྲལ་དགའ་བར་བྱུང་བ་གང་ཡིན་པ་སྟེ། རི་ལྟར་འབྲུམ་པ་ལ་སོགས་པ་

སྒྲུལ་རྒྱལ་ས་རས་ལ་སོགས་པའི་གནས་ལ་ཞུགས་པ་ནི་འབད་ཀྱང་དབྱུང་བར་  
 དགའ་བ་ལྟར་འདོད་ཆགས་ཀྱང་རང་གི་དམིགས་པ་ལ་ཞུགས་ཤིང་འཆེད་པ་ནི་  
 འབད་པ་ཆེན་པོས་ཀྱང་དམིགས་པ་དེ་དང་འབྲེལ་དགའ་བས་དེའི་ཕྱིར་རྗེས་སུ་  
 ཆགས་པ་ཞེས་སྟོན་སོ། །སྒྲུག་བསྐྱེལ་ཉིད་གསུམ་དང་ལྷན་པས་འཕམས་གསུམ་གྱི་  
 ལུང་པོ་རྒྱལ་ས་ནི་སྒྲུག་བསྐྱེལ་ཡིན་ལ། སྒྲུག་བསྐྱེལ་དེ་ཡང་འདོད་པ་དང་གཟུགས་  
 དང་གཟུགས་མེད་པའི་སྤྲེད་པའི་དབང་གིས་འགྲུབ་པས་དེའི་ཕྱིར་འདོད་ཆགས་ནི་  
 སྒྲུག་བསྐྱེལ་བསྐྱེད་པའི་རྟེན་བྱེད་པའི་ལས་ཅན་ཡིན་ཅོ། །

གཉིས་པ་འབྲེལ་བར་མངོན་པར་དགའ་བ་ཉིད་ལས་བྱུང་བའི་ཞེ་སྤང་ནི།  
 ཡིད་དུ་མི་འོང་བའི་སེམས་ཅན་དང་སྒྲུག་བསྐྱེལ་དང་། གང་ལས་སྒྲུག་བསྐྱེལ་  
 འབྱུང་བའི་གནས་ཀྱི་ཆོས་རྒྱལ་ས་ལ་ཀུན་ནས་མནར་སེམས་ཤིང་གཞོད་པ་བྱ་བར་  
 སེམས་པ་གང་ཡིན་པའོ། །ཀུན་ནས་མནར་སེམས་པ་ཡོད་ན་གདོན་མི་ཟ་བར་ཡིད་  
 མི་བདེ་འབྱུང་བས་སེམས་གདུང་བར་འགྱུར། སེམས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་  
 ལུས་ལ་ཡང་གདུང་བས་དེའི་ཕྱིར་བདེ་བ་ལ་རེག་པར་མི་གནས་པ་དང་། ཁོང་ཁྱོ་  
 བ་དང་ལྷན་པ་ནི་ཉེས་པར་སྟོན་པ་གང་དང་ཡང་མི་རིང་བས་དེའི་ཕྱིར་ཉེས་པར་  
 སྟོན་པའི་རྟེན་བྱེད་པའི་ལས་ཅན་ཡིན་ཅོ། །

གསུམ་པ་ཡུལ་ལ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པ་ཉིད་ལས་བྱུང་བའི་ས་རིག་པ་ནི་ཁམས་  
 གསུམ་པ་རྒྱལ་ས་ཀྱི་ལས་དང་འབྲས་བུ་དང་བདེན་པ་དང་དགོན་སྐྱོང་གི་ལ་སོགས་  
 པ་མི་ཤེས་ཤིང་མི་རྟོགས་པ་གང་ཡིན་པའོ་དེ་ལ་འདོད་ས་རིག་པ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཅི་



རིག་པ་མེད་པ་ཅམ་ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་རིགས་པ་དང་གཞན་པ་ཅམ་ཡིན་ཞེ་ན།  
 རིགས་པ་མེད་པ་ཅམ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། མ་རིག་དངོས་པོ་མེད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་  
 བའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཡང་མ་རིག་པར་  
 ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བས་ན་མ་རིག་པ་ནི་རིག་པ་ཡི་ཤེས་ཀྱི་འགལ་  
 རྒྱུར་གྱུར་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ཡང་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་དང་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་མ་ཡིན་པའི་བྱེ་བྲག་གིས་  
 རྒྱུ་པ་གཉིས་ཡིན་ལ། དང་པོ་ནི་ཐར་པ་ཐོབ་པ་ལ་གོགས་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་  
 པ་ནི་ཐམས་ཅད་མཆུན་པ་ལ་གོགས་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །དང་པོ་ནི་ཉོན་མོངས་པའི་  
 སྒྲིབ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཕ་བ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ནི་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཕ་  
 བ་ཡིན་ནོ། །དང་པོ་ནི་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པ་རྟོགས་པས་སྒྲོང་བར་འགྱུར་རོ། །  
 གཉིས་པ་ནི་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་རྟོགས་པས་སྒྲོང་བར་འགྱུར་རོ། །དང་པོ་ནི་ཉོན་  
 ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐེག་པ་པ་དག་གི་སྒྲིབ་པ་མིན་ཏེ། འདིས་དེ་དག་གི་  
 མངོན་པར་འདོད་པའི་དོན་མུ་ངན་ལས་འདས་པ་ལ་སྒྲིབ་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 གཉིས་པ་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་པ་དག་གི་སྒྲིབ་པ་ཡིན་ཏེ། འདིས་དེ་དག་གི་མངོན་པར་  
 འདོད་པའི་དོན་ཐམས་ཅད་མཆུན་པ་ལ་གོགས་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལ་གང་ཅི་  
 ཡང་རུང་བཟུང་བ་དང་འཛིན་པ་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་སུ་མངོན་པར་ཞེས་པ་ཇི་སྟེད་  
 པ་དེ་དག་ནི་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་མ་ཡིན་པའི་མ་རིག་པ་ཞེས་བྱའོ། །

ཅིའི་ཕྱིར་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་མ་ཡིན་པ་ཤེས་བྱ་ཞེ་ན། ཉོན་མོངས་པ་མ་

ལུས་པར་སྤངས་པའི་དགྲ་བཙུག་པ་སོགས་ལ་ཡང་འདི་ཡོད་པའི་བྱིར་རོ། །ཅིའི་  
 བྱིར་མ་རིག་པ་ཞེས་བྱ་ཞེན། ཆོས་ཀྱི་གནས་ལུགས་མཐོང་བ་ལ་སྦྱོབ་པའི་བྱིར་རོ། །  
 ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་མ་རིག་པའི་རང་བཞིན་ལ་ནི་ཆེན་པོ་དག་གི་བཞེད་པ་གཉིས་  
 སུ་གྱུར་ཏེ་འདི་ལྟར། དཔལ་ལྷན་སྟེ་བ་གྲགས་པ་དང་། ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པ་རྣམས་  
 བྱི་མདོ་སྡེ་ས་བཅུ་པ་དང་། སྟེ་བ་སྟོན་མའི་མདོ་ལ་སོགས་པའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་  
 བས་སུང་པོ་ལ་བདག་དང་བདག་གིར་འཛིན་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་གྱི་འཛིན་ཆོགས་  
 ལ་ལྟ་བུ་ཉིད་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་མ་རིག་པར་བཞེད་པ་ཡིན་ཏེ། རི་སྐད་དུ་དབྱ་  
 མ་ལ་འཇུག་པར། ཉོན་མོངས་སྟོན་རྣམས་མ་ལུས་འཛིན་ཆོགས་ལ། །ལྟ་ལས་བྱུང་  
 བར་སྒྲོའི་མཐོང་གྱུར་ན། །བདག་ནི་འདི་ཡི་ཡུལ་དུ་ཆོགས་བྱས་ནས། །རྒྱལ་འབྱོར་  
 པ་ཡི་བདག་ནི་འགོག་པར་བྱེད། །ཞེས་གསུངས་གིང་། རྣམ་འགྲེལ་ལས་གྱུར་།  
 ཉིས་པ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དག །འཛིན་ཆོགས་ལྟ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན། །དེ་མ་རིག་  
 དེ་དེ་ལ་ཆགས། །དེ་ལས་ཞེ་སྤང་ལ་སོགས་འབྱུང་། །དེ་ཉིད་ཀྱིས་ན་ཉིས་རྣམས་ཀྱི། །  
 རྒྱ་ནི་གཏི་མུག་ཡིན་པར་གསུངས། །ཞེས་དང་། ཉིས་ཀུན་དེའི་རྩ་བ་ཅན། །དེ་ཡང་  
 འཛིན་ཆོགས་ལྟ་བུ་ཡིན། །ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་སྦྱོབ་བྱེད་དང་བཅས་ནས་འཆད་  
 པ་ཡིན་ནོ། །ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་གི་ཆོས་མངོན་པ་དག་ནི་འཛིན་ལྟ་ཤེས་རབ་ཡིན་པས་  
 སོ་སོར་ཆོག་ཅིང་འཇལ་བའི་རྣམ་པ་ཅན་ཡིན་ལ་དེའི་བྱིར་དམིགས་རྣམ་གསལ་  
 བའི་རང་བཞིན་ཡིན་ལ་མ་རིག་པ་ནི་ཆོག་པ་མི་གསལ་བའི་རོ་བོ་ཡིན་པས་དེ་དག་  
 བྱི་སེམས་ལས་བྱུང་བ་བྱ་དད་ཡིན་གྱི་གཅིག་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བཞེད་པ་ཡིན་ནོ། །

གཞུང་འདིར་ནི་དེ་དག་དང་མཐུན་པར་རྣམས་པར་བཞག་པ་ཡིན་ནོ། །ཉོན་མོངས་པ་  
 ཅན་གྱི་མ་རིག་པ་དེ་ཡང་ལས་འབྲས་ལ་སྒྲིངས་པ་དང་། དེ་ཁོ་ནའི་དོན་ལ་སྒྲིངས་  
 པའི་བྱེ་བྲག་གིས་གཉིས་སོ། །དང་པོ་ནི་ལས་འབྲས་ཀྱི་འབྲེལ་པ་མི་ཤེས་པ་གང་  
 ཡིན་པའོ། །གཉིས་པ་ནི་བདེན་པ་བཞིའི་ཆོས་ཀྱི་དེ་ཁོ་ནའི་མི་ཤེས་པ་གང་ཡིན་  
 པའོ། །དང་པོས་ནི་མ་དོན་པར་མཐོ་བའི་གོ་འཕང་ལ་སྒྲིབ་པར་བྱེད་དེ། གཉིས་  
 པས་ནི་ངེས་པར་ལེགས་པའི་གོ་འཕང་ལ་སྒྲིབ་པར་བྱེད་དོ། །ཡང་ན་མ་འདྲེས་པའི་  
 མ་རིག་པ་དང་། འདྲེས་པའི་མ་རིག་པ་གཉིས་ཡིན་ནོ། །སྒྲིངས་པར་གྱུར་ན་གནས་  
 ལུགས་ལ་ཐིམ་ཅི་ལོག་དུ་སྒྲོ་འདོགས་པ་དང་འབྲེལ་གཉིས་སུ་རྟོག་པ་རྣམས་འབྱུང་  
 བྱིང་། འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ཀྱང་གནས་  
 ལུགས་མི་ཤེས་པ་ལས་བྱུང་བས་དེའི་བྱིར་མ་རིག་པ་ནི། སྤང་བོ་ལ་སོགས་པའི་  
 ཆོས་རྣམས་ལ་ལོག་པར་ངེས་པ་དང་། བྲེ་ཆོས་དང་། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་འབྱུང་  
 བའི་རྟེན་བྱེད་པའི་ལས་ཅན་ཡིན་ནོ། །

བཞི་པ་འགྲུག་ཅིང་མ་དོན་པའི་ར་རྒྱལ་བྱེད་པ་ལས་འབྱུང་བའི་ར་རྒྱལ་ནི་  
 འཇིག་ཆོགས་ལ་ལྷ་བའི་བདག་པོའི་རྒྱུན་ལ་རྟེན་ནས་བདག་རིགས་དང་ཤེས་བྱ་  
 དང་དབང་ལྷན་ལ་སོགས་པ་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་སེམས་ཁེངས་ཤིང་འཕྲོན་པོའི་རྣམ་  
 པར་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པ་སྟེ། དེ་ནི་སེམས་ཁེངས་པའི་ངོ་བོར་བྱེ་བྲག་མེད་ཀྱང་  
 སེམས་ཁེངས་པའི་རྒྱའི་བྱེ་བྲག་ལས་ར་རྒྱལ་རྣམས་པ་བདུན་དུ་འགྱུར་པོ། །འདིས་ནི་  
 སྒྲ་མ་དང་སྒྲ་མ་དང་འདྲ་བའི་ཡོན་ཏན་ཅན་རྣམས་ལ་འགྱིང་ཞིང་ལུས་དང་དག་གི་



སྤྱི་ལོ་མི་བྱེད་པས་མི་གུས་པ་དང་། དེའི་དབང་གིས་གཞན་བྱེད་དུ་གསོད་པ་ལ་  
སོགས་པ་ལུས་ངག་གི་ཉིས་སྟོན་ལ་འཇུག་པས་དེའི་ཕྱིར་ཡང་སྤྱི་ལོ་མི་སྟུག་  
བསྟུལ་འབྱུང་བའི་ཉེན་བྱེད་པའི་ལས་ཅན་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ཡང་སྟོན་འཇུག་ལས།  
ངན་འགྲོར་རྒྱལ་གྱིས་ལེན་ཅིང་། །མིའི་ངག་འཁྱོལ་བཅོམ་པ་དང་། །གཞན་གྱི་  
ཟན་ཟའི་བྲན་དང་ནི། །སྟེན་དང་མི་སྟུག་ཅན་དུ་འགྱུར། །ཅིས་གང་གསུངས་པ་  
ཡིན་ནོ། །

དུག་པ་སྟུབ་པ་དང་ཕྱོག་པར་མི་བྱེད་པའི་ཐེ་ཆོས་ནི་བདེན་པ་དང་ལས་  
འབྲས་དང་དགོན་མཆོག་རྣམས་ལ་ཡོད་མེད་དང་ཡིན་མིན་སོགས་ཀྱི་རྣམ་པར་  
ཡིད་གཉིས་ཟ་བ་གང་ཡིན་པའོ། །ཐེ་ཆོས་འདི་ལ་ཡང་ཉོན་མོངས་པ་དང་། ཉོན་  
མོངས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་བྱེ་བྲག་གིས་རྣམ་པར་གཉིས་ཡོད་ལ། ཉོན་མོངས་པ་ཅན་  
མ་ཡིན་པ་ཡང་བྱ་བའི་རྣམ་པ་གང་ཡང་དུང་བ་ལ་ཡིད་གཉིས་སུ་གྱུར་པ་དཔེར་ན་  
ཕྱོགས་འདི་ན་ལྷ་ཡོད་དམ་མེད་སྟུམ་པ་ལྷ་བྱ་དེ་དེ་དག་ནི་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པས་  
བསྟུས་པ་ཡིན་པས་ཉོན་མོངས་པ་ཞེས་མི་བྱའོ། །ཉོན་མོངས་པ་ཅན་ནི་རི་རྒྱད་  
བཤད་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་ཏེ། དེས་ནི་མཐོ་རིས་དང་གར་པའི་གོགས་བྱེད་པ་ཉིད་  
ཀྱིས་ཉིས་པ་ཆེ་བའི་ཕྱིར་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་ལས་འབྲས་དང་  
དགོན་མཆོག་ལ་ཐེ་ཆོས་ཟ་བ་ནི་མཐོ་རིས་ཀྱི་གོགས་སུ་འགྱུར་ལ། བདེན་པའི་  
རྣམ་པ་དག་ལ་ཐེ་ཆོས་ཟ་བ་ནི་གར་པའི་གོགས་སུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །ལས་འབྲས་  
དང་བདེན་སོགས་ལ་ཐེ་ཆོས་ཟ་ན་མཐོ་རིས་དང་གར་པའི་དོན་དུ་དེ་དག་ལ་བླང་

དོར་དར་ཚུལ་བཞིན་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་སོགས་ལ་མི་འདུག་པས། དེའི་བྱིར་བེ་ཆོས་ནི་  
མཐོ་རིས་དར་བའ་པའི་བྲབས་སུ་གྱུར་པའི་དགེ་བའི་བྱོགས་རྣམས་ལ་མི་འདུག་  
པའི་རྟེན་བྱེད་པའི་ལས་ཅན་ཡིན་ནོ། །

ལྷ་པ་ལོག་པའི་ཆོས་ལ་སངས་པར་ཞེན་ཅིང་སྐྱབ་པའི་རྒྱ་ཕན་གྱི་ལྷ་པ་ལ་  
 ཡང་ལྷ་པའི་ངོ་བོ་བཤད་པ་དང་། རྒྱུད་པར་བཤད་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལ། ལྷ་  
 པ་འདི་དག་གྱུང་། ཤེས་རབ་ཉོན་མོངས་ཅན་དུ་བྱེ་བྲག་མེད་གྱུར་དམིགས་པ་དང་།  
 རྣམ་པའི་བྱེ་བྲག་གིས་བྱ་དད་པར་བསྟན་པའི་སྤྱིར་འཛིག་ཆོགས་ལ་ལྷ་པ་ལ་  
 སོགས་པ་ལྷར་བྱེ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་འཛིག་ཆོགས་ལ་ལྷ་པ་ནི། མདོ་ལས་དགོ་སྦྱོར་  
 དང་བཅས་ཟེ་གང་ལ་ལ་དག་བདག་དང་བདག་གིར་རྗེས་སུ་ལྷ་པ་དེ་དག་ནི་ཉེ་བར་  
 ལེན་པའི་ལྷར་པོ་ལྷ་པོ་འདི་དག་ལའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྷར། དམིགས་པ་ཉེ་བར་  
 ལེན་པའི་ལྷར་པོ་ལྷ་པོ་དག་ལ་དམིགས་ནས་རྣམ་པ་ལོངས་སྦྱོང་པ་པོར་འཛིན་པའི་  
 སྒོ་ནས་བདག་དང་ལོངས་སྦྱང་བྱར་འཛིན་པའི་སྒོ་ནས་བདག་གི་བར་ཡང་དག་  
 པར་རྗེས་སུ་ལྷ་པ་གང་ཡིན་པའོ། །དེ་ཡང་རང་གི་ལྷར་པོ་ལ་བདག་ཏུ་ལྷ་པ་ན་ལུ་  
 དང་རྒྱུར་ས་ལ་སོགས་གཞན་གྱི་ལྷར་པོ་ལ་ནི་བདག་གི་བར་འཛིན་པར་བྱེད་དོ། །  
 གང་གི་ཆེ་རང་གི་ལྷར་པོའི་ཕྱོགས་གཅིག་ལ་བདག་ཏུ་ལྷ་པ་དེའི་ཆེ་ན་དེ་ལས་  
 གཞན་པ་རྣམས་ལ་ནི་བདག་གི་ལྷ་པར་བྱེད་དེ། དཔེར་ན་གྲངས་ཅན་ལ་སོགས་པ་  
 བདག་ཤེས་པར་འདོད་པ་དག་གིས་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བས་བསྟུས་པའི་  
 ལྷར་པོ་རྣམས་ལ་བདག་ཏུ་ལྷ་པ་ན་མིག་ལ་སོགས་པ་གཟུགས་གྱི་ལྷར་པོ་རྣམས་ལ་





འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་གང་ཡིན་པའོ། །དེ་ལྟར་ཡང་རྣམ་འབྲེལ་ལས། བདེ་བར་  
གྱུར་པའམ་སྤྲུག་བསྐྱེལ་བར། །མ་གྱུར་ཅིག་ཅིས་འདོད་པས་ན། །ངའོ་སྒྲུལ་པའི་སློབ་  
གང་སྟེ། །སེམས་ཅན་ལ་ལྟ་ལྟར་ཅིག་སྒྲེས། །ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

ཀུན་བརྟགས་པ་ནི་བཤེས་གཞིན་ངན་པས་བསྟན་པའི་གྲུབ་པའི་མཐའ་  
ལ་ཐོས་བསམ་བྱས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ལུང་པོ་དང་གཅིག་གསུམ་བྱ་དང་པའི་བདག་  
ཡོད་པར་བཟུང་ནས་དེ་ཡང་བརྟགས་པའི་ཆད་པའམ་ཡོན་ཏན་དང་ལྟན་པའམ།  
ཡོན་ཏན་མེད་པ་ལ་སོགས་པའི་ངོ་བོར་སློབ་བརྟགས་པ་གང་ཡིན་པའོ། །སྤྱི་མ་ནི་  
ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་གོམས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་རྗེས་སུ་ཞུགས་  
པས་དེའི་ཕྱིར་ལྟར་ཅིག་སྒྲེས་པ་ཞེས་བྱ་ལ། ཕྱི་མ་ནི་རྒྱུན་གྱི་སྟོབས་ཀྱིས་འགའ་  
ཞིག་ལ་སློབ་བྱུང་འབྱུང་བས་དེའི་ཕྱིར་ཀུན་ནས་བརྟགས་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལ་འཛིག་  
ལྟ་ལྟར་སྒྲེས་ཀྱི་ཡུལ་ནི་སེམས་ཅན་དང་གང་ཟག་དང་སྒྲེས་བུ་ཞེས་པ་རྣམས་ཡིན་  
པས་ཀུན་རྗེ་བརྟུ་ཡོད་པ་ཡིན་ལ། གཞན་དུ་ན་གང་ཟག་དང་སེམས་ཅན་ལ་སོགས་  
པའི་བྱ་སྒྲུང་མི་འབྲད་པར་བཤེས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་འོ། །གང་ཟག་དང་སེམས་  
ཅན་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཅི་ཞེ་ན། འདི་དག་ནི་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་མ་རིག་པའི་རབ་  
རིབ་ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི་འཛིག་རྟེན་པ་དག་གི་བྱ་སྒྲུང་གི་རྗེས་སུ་འབྱུངས་ནས་རྟོགས་  
པར་བྱ་བ་ཡིན་གྱི་རིགས་པའི་རྗེས་སུ་འབྱུང་ནས་འདིའོ་ཞེས་སུ་ཞིག་གི་བསྟན་  
པར་ནུས། དེའི་ཕྱིར་གང་དག་ལུང་པོའི་རྒྱུན་གང་ཟག་ཡིན་ཞེས་སྒྲུབ་པ་དང་། གཞན་  
དག་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུན་དུ་སྒྲུབ་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་

བསྟན་པའི་སྒྲིང་པོ་བདག་མེད་པའི་དོན་ལས་ཕྱི་རོལ་དུ་གྱུར་པ་ཡིན་དེ། འདི་ལྟར་  
 དེ་དག་གིས་ནི་ཀུན་གཞི་དང་ལུང་པོ་ལྟ་བུ་པོ་ཉིད་བདག་དུ་ཁས་སྒྲུངས་པ་ཡིན་དེ།  
 བདག་དང་གང་ཟག་དང་སེམས་ཅན་དང་སྐྱེས་བུ་ལ་སོགས་པ་ནི་རྣམ་གྲངས་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་ལྟར་ན་ཉན་ཐོས་འཕགས་པ་དག་གིས་བདག་མེད་པ་མཐོན་སུམ་དུ་  
 མཐོང་ངོ་ཞེས་པ་མི་འབྲད་པར་འགྱུར་དེ། དེ་དག་གིས་ལུང་པོ་ལས་ཀུན་གཞི་རང་  
 བཞིན་མེད་པར་མཐོང་བ་ནི་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །བདག་དུ་འཛིན་པ་ཡང་སྒྲི་  
 བདགས་པའི་སྒྲིད་ཡུལ་ཅན་མ་ཡིན་པར་རྫས་ཀྱི་སྒྲིད་ཡུལ་ཅན་དུ་འགྱུར་རོ། །དེ་  
 བཞིན་གཤེགས་པས་ལུང་པོ་རྣམས་ལ་བདག་སེལ་བ་ཡང་མི་འབྲད་པར་འགྱུར་རོ། །  
 གང་ཟག་ཀུན་རྫོབ་དུ་ཡོད་ངོ་ཞེས་ཁྱེད་ཀྱིས་གྲུང་སྒྲུས་པ་མ་ཡིན་ནམ། དེ་ལྟ་ན་  
 ལུང་པོ་དང་། གཅིག་གསུམ་ཐ་དང་གང་དུ་གནས་གྲུང་རུང་སྟེ། ལུང་པོ་བདག་དུ་སྒྲི་  
 བའམ། ཡང་ན་ནི། བདག་དུ་སྒྲི་བདག་གི་རྗེས་སུ་འབྲངས་པར་འགྱུར་ངོ་ཞེན། ཁོ་  
 བོས་ནི་གང་ཟག་ཀུན་རྫོབ་དུ་ཡོད་ངོ་ཞེས་སྒྲུས་ཀྱི་དེ་ལུང་པོ་དང་རྫས་གཅིག་གསུམ་།  
 གཞན་དུ་ཡོད་ངོ་ཞེས་ནི་མ་སྒྲུས་སོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེན། རྫས་གཅིག་དང་ཐ་དང་  
 སྒྲུས་ན་ནི་གང་ཟག་ཀུན་རྫོབ་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སྒྲུས་པ་ནི་ཆོག་ཙམ་དུ་འགྱུར་གྱི།  
 གཞན་དུ་ན་གང་ཟག་རྫས་སུ་ཡོད་པ་ཁོ་ནར་ཁས་སྒྲུངས་པར་འགྱུར་པ་ཡིན་ནོ། །  
 དེ་ལྟ་ན་ཡང་བརྗོད་དུ་མེད་པའི་གང་ཟག་དུ་སྒྲི་བདག་གི་རྗེས་སུ་འབྲངས་པ་མ་  
 ཡིན་ནམ་ཞེན། ཅི་སྟེ་གང་ཟག་རྫས་སུ་ཡོད་པར་ཁས་སྒྲུངས་ཤིང་དེ་ཡང་ལུང་པོ་

དང་དེ་ཉིད་དང་གཞན་དུ་མ་གྲུབ་པར་སྒྲིམ་ན་ནི་བདེན་པ་ཞིག་ན་ཁོ་བོ་ནི་གང་ཟག་  
 ཅེས་བྱའི་རྗེས་ཅུང་ཟད་ཀྱང་ཁས་མི་ལེན་ན། གང་ཟག་རྗེས་སུ་སྒྲིབ་དེ་དག་དང་  
 མཚུངས་པའི་གོ་སྐབས་ག་ལ་ཡོད། ཀུན་རྫོབ་དུ་ཡོད་པ་ནི་སྒྲོས་ཡོད་པར་སྒྲོ་  
 བཏགས་པ་ཙམ་ཡིན་གྱི་དོན་ལ་མི་གནས་པས་རིགས་པས་དབྱུད་ན་གཅིག་དང་ཐ་  
 དང་གང་དུ་ཡང་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་གྲིང་རྩ་ནི་ཀུན་རྫོབ་དུ་མེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 གྲིང་རྩ་འདྲེན་པར་བྱེད་དོ། །ཞེས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཐ་སྐད་མཐོང་བའི་སྤྱིར་དང་།  
 ཀུན་རྫོབ་དུ་ཡོད་པའི་དོན་ཡང་འཛིན་རྟེན་གྱི་ཐ་སྐད་ལ་གྲགས་པ་ཙམ་ལས་གཞན་  
 མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །གྲིང་རྩ་དེ་ཡང་རང་གི་ཡན་ལག་གཟེར་བྱ་དང་ལེའོར་ལོ་དང་  
 སྒོག་གིང་སོགས་དང་གཅིག་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། ཡན་ལག་དེ་དག་སོ་སོར་གནས་པ་  
 ལ་གྲིང་རྩའི་སྒྲོ་མི་འདུག་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཐ་དད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། ཡན་ལག་དེ་  
 རྒྱུམས་སོ་སོར་བསལ་བ་ན་གྲིང་རྩ་གཞན་མ་དམིགས་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཡན་ལག་དེ་  
 དག་ལྟན་ཅིག་དུ་ཆོགས་པའི་གནས་སྐབས་ན་ཡང་གྲིང་རྩ་རྗེས་གཞན་སྒྲིབ་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 དེའི་ཆེ་ཡང་ཡན་ལག་དག་ལས་གཞན་པའི་གྲིང་རྩ་མ་དམིགས་པའི་སྤྱིར་རོ། །

འོན་ཀྱང་ཡན་ལག་དེ་དག་ལྟན་གཅིག་དུ་ཆོགས་པ་ན་གཅིག་དང་ཐ་དད་  
 གང་དུ་ཡང་མ་བཏགས་པར་གྲིང་རྩའོ་སྒྲིམ་པའི་སྒྲོ་སྒྲིབ་པ་ན། དེའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་  
 བས་གྲིང་རྩ་གྲིང་རྩ་ཞེས་པའི་ཐ་སྐད་རྗེས་སུ་འདོགས་པ་ཡིན་ནོ། །གྲིང་རྩ་བཞིན་དུ་  
 གང་ཟག་ཀྱང་དབྱུད་ན་ཡུང་བོ་ལས་གཅིག་དང་ཐ་དད་གང་དུ་ཡང་གྲུབ་པ་མེད་ལ་  
 འོན་ཀྱང་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་གོམས་པའི་སྒྲོ་བས་ཀྱིས་ཡུང་བོ་ལ་དའོ་སྒྲིམ་པའི་སྒྲོ་



དང་གི་སྒྲིབ་པ་ན་སྒྲོ་དེའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་གང་ཟག་དང་སེམས་ཅན་ལ་སོགས་  
པའི་བྲ་སྒྲིབ་འདོགས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་བས་ན་གང་ཟག་དང་སེམས་ཅན་  
དང་གི་ར་རྟ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་འཇིག་རྟེན་གྱི་བྲ་སྒྲིབ་ཀུན་རྫོབ་པ་རྣམས་ཀྱི་རྗེས་  
སུ་འབྲངས་ནས་རྟོགས་པར་བྱ་བ་ཡིན་གྱི་རིགས་པའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་འདི་  
ཞེས་བརྟན་དུ་མེད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །

འཇིག་ལྷ་ཀུན་བརྟགས་ཀྱི་ཡུལ་ནི་བྱེ་བྲག་པ་ལ་སོགས་པའི་ཀུན་  
བརྟགས་པའི་བདག་རྟག་པ་དང་གཅིག་ཕུ་ལ་སོགས་པའི་བྱེད་པར་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ལ།  
དེ་དག་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡང་མ་གྲུབ་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །བདག་ཏུ་ལྷ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་  
ལྷ་བའི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བས་དེའི་ཕྱིར་འཇིག་ལྷ་ནི་ལྷ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
རྟེན་བྱེད་པའི་ལས་ཅན་ཡིན་ནོ། །མཐར་འཇིག་པའི་ལྷ་བ་ནི། དམིགས་ཡུལ་ཉི་  
བར་ལེན་པའི་ལུང་པོ་དག་ལ་དམིགས་ནས་རྣམ་པ་འཇིག་ལྷས་ཞེན་པའི་བདག་དེ་  
ཉིད་མི་འགྱུར་བ་ཉིད་ཀྱིས་རྟག་པ་འཕྲུལ་རིས་མཐུན་བཏང་ནས་སྤྱར་ཉིད་འཆམས་མི་  
སྒྲོར་བ་ཉིད་ཀྱིས་ཆད་པར་ཡང་དག་པར་རྗེས་སུ་ལྷ་བའི་བཟོད་པ་ལ་སོགས་པ་  
གང་ཡིན་པའོ། །རྟག་ཆད་སྤངས་པ་དབུ་མའི་ལམ་གྱིས་ལའོར་བ་ལས་ངེས་པར་  
འབྱུང་བ་ཡིན་ལ། འདི་ནི་དབུ་མའི་ལམ་དང་འགལ་བས་དེའི་ཕྱིར་འདི་ནི་དབུ་  
མའི་ལམ་གྱིས་ངེས་པར་འབྱུང་བའི་བར་དུ་གཅོད་པའི་ལས་ཅན་ཡིན་ནོ། །ལྷ་བ་  
མཚོག་ཏུ་འཇིག་པ་ནི་བཤད་མ་ཐག་པའི་ལྷ་བ་དང་ལྷ་བ་དེ་དག་གང་ལ་རྟེན་པའི་  
ལུང་པོ་ལྷ་པོ་དག་ལ་མཚོག་དང་གཅོད་པོ་ལ་སོགས་པར་ཡང་དག་པར་རྗེས་སུ་ལྷ་



གི་འདུག་པ་ངེས་པར་བྱེད་པའི་རྟགས་དེ། དཔེར་ན་ཤུག་ཏུ་འཁྲུག་པའི་དག་གི་ནི་རུར་  
 སྒྲིག་གི་རྒྱལ་མཚན་འཆར་བ་དང་། དེ་ལ་སོགས་པ་དག་སྒྲིང་གི་ཡོ་བྱད་འཛིན་པའོ། །  
 ཀུན་ཏུ་རྒྱ་དག་གི་ནི་རིལ་བ་དང་ཆེང་ས་སྐྱད་དང་། ལུས་ཇ་དང་། གཡང་གཞི་ལ་  
 སོགས་པ་འཆར་བ་གང་ཡིན་པའོ། །ཚུལ་བྲིམས་དང་བརྟུལ་ཞུགས་ལ་ནི་འདག་  
 འགྲོལ་ལ་སོགས་པར་འཛིན་པར་རིགས་ན་ཡུང་པོ་ལ་ཇི་ལྟར་སྒྲུལ་ན། ཚུལ་བྲིམས་  
 དང་བརྟུལ་ཞུགས་ལ་སྒྲིག་པ་འདག་པར་བྱེད་པ་སོགས་ཀྱི་བྲུང་ལམ་ཡང་དག་པར་  
 ཞེན་པ་ན། དེ་གང་ལ་ལྟན་པའི་ཡུང་པོ་ལ་ཡང་དེས་འདག་པར་བྱ་བ་དང་། གྲོལ་  
 བར་བྱ་བ་སོགས་ཀྱི་བདག་ཏུ་མཛོན་པར་ཞེན་པའི་བྱིར་རོ། །ལྟ་ངན་དང་ཇེས་སུ་  
 འབྲེལ་བའི་ཚུལ་བྲིམས་དང་བརྟུལ་ཞུགས་ཀྱིས་ཇི་ཙམ་འབད་ཀྱང་མཛོན་པར་མཐོ་  
 བའི་གོ་འཕང་ཙམ་ཐོབ་པ་སྤྲོད་ཀྱི་འདག་འགྲོལ་སོགས་བྱེད་པའི་སྒྲོན་ས་ངེས་པར་ལེགས་  
 པ་མི་སྤྲོད་དེ། དེས་ལའོར་བའི་རྒྱ་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་ལ་མི་གཞོད་པའི་བྱིར་རོ། །  
 དེའི་བྱིར་འདི་ནི་བྲུང་པའི་དོན་དུ་ཚུལ་བྲིམས་དང་བརྟུལ་ཞུགས་ལ་འབད་ཀྱང་  
 མཛོན་པར་འདོད་པའི་འབྲས་བུ་མི་འབྱེན་པས་ངལ་བ་འབྲས་བུ་མེད་པའི་རྟེན་བྱེད་  
 པའི་ལས་ཅན་ཡིན་ནོ། །

ཚུལ་བྲིམས་དང་བརྟུལ་ཞུགས་དེ་དག་གིས་ཀྱང་མཐོ་རིས་ཀྱི་འབྲས་བུ་  
 འབྱེན་ན་ཇི་ལྟར་དེ་དག་ལ་ངལ་བ་བྱས་པ་འབྲས་བུ་མེད་པ་ཡིན་ཞེན། མཐོ་རིས་  
 ཙམ་གྱི་དོན་དུ་ནི་ཚུལ་བྲིམས་དང་བརྟུལ་ཞུགས་འདི་དག་འབད་པས་སྐྱུ་བ་པ་མ་  
 ཡིན་ཏེ། གལ་ཏེ་འདི་དག་གི་འབྲས་བུ་མཐོ་རིས་ཙམ་དུ་ཟད་ན་ནི་སུ་ཞིག་ཐོབ་



ཟིན་པའི་མཐོ་རིས་ཀྱི་བདེ་བ་དང་འགལ་བའི་ཚུལ་བྱིམས་དང་བརྟུལ་ཞུགས་ལ་  
སོགས་པའི་དཀའ་བྱུང་དྲག་པོ་ལ་འཇུག་པར་བྱེད། དེའི་ཕྱིར་བར་པའི་དོན་དུ་ཚུལ་  
བྱིམས་བརྟུལ་ཞུགས་ལ་འབད་བ་བྱེད་པ་ཡིན་ན་བྱེ་མ་ལ་མར་བཞིན་དུ་འདི་དག་  
ལ་ཇི་ཅུམ་འབད་ཀྱང་བར་བ་མི་བྱོབ་པས། དེའི་ཕྱིར་འདི་ནི་ངལ་བ་བྱས་པས་  
འབྲས་བུ་མེད་པ་ཡིན་ཅོ། །

ལོག་པར་ལྷ་བ་ནི་ཡུལ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པར་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་བཟོད་པ་ལ་  
སོགས་པ་གང་ཡིན་པའོ། །ལོག་པར་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དེ་ཡང་ཇི་ལྷ་བུ་ཞེན་རྒྱུའམ་  
འབྲས་བུའམ་བྱེད་པ་ལ་སྐྱར་བ་འདེབས་པ་དང་། ཡོད་པའི་དངོས་པོ་འཛིག་པར་བྱེད་  
པའོ། །དེ་ཡང་འདི་ལྷ་བ་སྐྱིན་པ་མེད་དོ། །མཚོད་སྐྱིན་མེད་དོ། །སྐྱིན་སྒྲུག་མེད་དོ། །  
ལོགས་པར་སྐྱད་པ་དང་ཉེས་པར་སྐྱད་པ་མེད་དོ། །ཞེས་བྱ་བ་འདི་དང་འདི་ལྷ་བུ་  
རྗེས་སུ་མཐུན་པ་གང་ཡིན་པ་རྣམས་ནི་རྒྱལ་སྐྱར་བ་འདེབས་པ་ཡིན་ཅོ། །ལོགས་  
པར་སྐྱད་པ་དང་ཉེས་པར་སྐྱད་པའི་འབྲས་བུ་རྣམས་པར་སྐྱིན་པ་མེད་དོ། །ཞེས་པ་ལ་  
སོགས་པ་ནི་འབྲས་བུ་ལ་སྐྱར་བ་འདེབས་པ་ཡིན་ཅོ། །འཛིག་རྟོན་འདི་མེད་དོ། །  
པ་རོལ་མེད་དོ། །པ་མེད་དོ། །མ་མེད་དོ། །སེམས་ཅན་རྩུམ་ཏེ་འབྱུང་བ་མེད་དོ། །  
ཞེས་པ་ནི་བྱེད་པ་ལ་སྐྱར་བ་འདེབས་པ་ཡིན་ཏེ། འཛིག་རྟོན་གཞན་དུ་འགྲོ་བ་དང་།  
འོང་བའི་བྱེད་པ་དང་། ས་བོན་འདེབས་པའི་བྱེད་པ་དང་། ཉིང་འཆོམས་སྐྱོར་བའི་  
བྱེད་པ་ལ་སྐྱར་བ་འདེབས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

འདི་དག་ནི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་ཕྱོགས་ཀྱི་རྟོན་ཅིང་འབྲེལ་བར་

འབྱུང་བ་ལ་སྐྱར་བ་བཏབ་པ་ཡིན་ནོ། །འཛིག་རྟེན་ན་དག་བཅོས་པ་མེད་དོ། །རྒྱུ་  
 དུ་ཞུགས་པ་ལ་སོགས་པ་མེད་དོ། །ཞེས་པ་ནི་ཡོད་པའི་དངོས་པོ་འཛིག་པར་བྱེད་  
 པའོ། །འདི་ནི་རྣམ་བྱང་གི་རྟེན་འབྲེལ་ལ་སྐྱར་བ་འདེབས་པ་ཡིན་ནོ། །ལྷ་བ་སྤྲུལ་  
 རྣམས་ཀྱང་ཤེས་བྱ་ལ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་རྟོག་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ལོག་ལྷ་ཡིན་ཀྱང་།  
 རྒྱ་འབྲས་སོགས་ལ་སྐྱར་བ་འདེབས་པའི་ལྷ་བ་འདི་ནི་ཆེས་གིན་ཏུ་ཡང་ལོག་པར་  
 ཞུགས་པས་ཉེས་པ་ཆེ་བའི་ཕྱིར། ལོག་པར་ལྷ་བ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དཔེར་ན་མར་ཀུན་རྒྱ་  
 ར་བ་ཡིན་ཀྱང་ཆེས་རྒྱ་ར་བ་ལ་མར་རྒྱ་ར་ཞེས་བརྗོད་པ་བཞིན། འདི་དང་ལྷན་ན་  
 སྤྲུལ་བསགས་པའི་དགེ་བ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་སྤྲིན་གྲག་སྤྲིང་ཞིང་མ་འོངས་པ་རྣམས་ཀྱི་  
 ས་བོན་དུངས་འབྱེན་པའི་ཕྱིར་དང་། མི་དགེ་བའི་རྩ་བ་དུག་གསུམ་གྱི་ས་བོན་  
 གསོས་རྟེན་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དང་། མི་དགེ་བ་སྤྱད་ཀྱང་ཉེས་པ་མེད་ལ། དགེ་བ་  
 སྤྱད་ཀྱང་འབྲས་བུ་མེད་སྟུང་དུ་སེམས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། དགེ་བའི་རྩ་བ་  
 གཅོད་པ་ལ་སོགས་པའི་ལས་ཅན་ཡིན་ནོ། །དགེ་བའི་རྩ་བ་གཅོད་པ་ཞེས་བྱ་བ་  
 འདི་ཅི་ཞེ་ན། སྤྲུལ་བསགས་པའི་དགེ་བ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྤྲིན་པ་ལ་གྲག་སྤྲིང་  
 བར་བྱེད་པ་དང་། མ་འོངས་པའི་དགེ་བ་དག་ལས་སྐྱེ་བས་ཐོབ་པ་རྣམས་ནི་ས་བོན་  
 ཀྱི་ཚུལ་དུ་ཡང་མི་ལྷན་པར་བྱེད་ལ། སྤྲུལ་བ་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་ནི་དབང་དུ་མི་ལྷན་  
 བར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །ཅིའི་ཕྱིར་སྤྲུལ་གྱི་དགེ་བ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་སྤྲིན་གྲག་སྤྲིང་པར་  
 བྱེད་པ་ཡིན་ཞེ་ན། ལྷ་བ་འདི་དང་ལྷན་པའི་གང་ཟག་ནི་དགེ་བ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་  
 སྤྲུལ་ཅིང་མི་དགེ་བ་རྣམས་ལ་འཛེམ་མེད་དུ་སྤྲུལ་པས་དེའི་ཕྱིར་སྐྱལ་བ་མི་ཉུང་བ་

ཞིག་ཏུ་ངན་སོང་གི་སྤྲུལ་བསྐྱེད་ལུ་གུ་རྒྱུད་དུ་སྦྱོང་བར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་རོ། །

སྤྲུལ་གྱི་དགོ་བའི་རྣམ་སྒྲིན་ལོག་ལྷས་དུངས་འབྱེན་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། སྤྲུལ་ལས་དེ་ཉིད་སོག་པའི་དུས་ཉིད་ན་དེའི་རྣམ་སྒྲིན་འཕངས་ཟེན་པའི་སྤྱིར་དང་། ལས་དེས་སྒྲོས་པའི་བག་ཆགས་ཀྱང་ལོག་ལྷ་སྒྲོས་པའི་ཆོ་ན་རྣམས་པ་ཆུང་དུ་གྱུར་པ་ཙམ་མ་གཏོགས་པ་གཏན་མེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ་ཡང་དག་པའི་ལྷ་བསགས་སོས་བཏབ་ན་སྤྲུལ་ཡང་རང་གི་འབྲས་བུ་འབྱེན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་ན། སྐལ་པ་སྦྱོང་དུ་བསགས་པ་ཡི། །སྒྲིན་དང་བདེ་གཤེགས་མཆོད་ལ་སོགས། །ལེགས་སྤྱད་གང་ཡིན་དེ་དག་ཀྱང་། །ཁོང་ཁྱོད་གཅིག་གིས་འཛོམས་པར་བྱེད། །ཅེས་སོགས་བཤད་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། དེ་ཡང་ཡུལ་ཁུད་པར་ཅན་ལ་ཁྱོད་པའི་ལས་སྒྲོབས་ལྷན་གྱིས་སྤྲུལ་གྱི་དགོ་བའི་ལས་རྣམས་ཟིལ་གྱིས་མཚན་ནས་རྣམ་སྒྲིན་བག་སྤྱིངས་པ་ཙམ་ལ་དགོངས་པ་ཡིན་གྱི་ས་པོན་གཏན་ནས་དུངས་འབྱེན་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དགོ་བའི་ལས་རྣམས་ནི་མི་དགོ་བའི་ལས་དག་ལས་རང་བཞིན་གྱིས་སྒྲོབས་དང་ལྷན་པའི་སྤྱིར་རོ། །

དཔེར་ན་ལུས་པ་ནི་ཇི་ཙམ་དུ་སྒྲོབས་དང་ལྷན་ཡང་སྒྲོན་པའི་འོད་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་པ་ཙམ་སྤྱིང་ཡང་མེད་པར་བྱེད་མི་རྣམས་པ་བཞིན་ནོ། །མི་དགོ་བའི་ལས་གྱིས་དགོ་བའི་རྣམ་སྒྲིན་དུངས་འབྱེན་པ་ལྷ་ཞོག །དགོ་བ་རྣམས་གྱིས་ཀྱང་འཛིག་ཏེན་པའི་དགོ་བ་རྣམས་གྱིས་ནི་མི་དགོ་བའི་ལས་སྤྲུལ་བྱས་ཤིང་བསགས་པ་རྣམས་གྱི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་དུངས་འབྱེན་པར་རྣམས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འཛིག་ཏེན་པའི་དགོ་བ་དག་ལ་སྒྲོབས་ཆེ་བ་ནི་བསམ་གཏན་དང་གཟུགས་མེད་པའི་སྒྲོམས་འདུག་



ཡིན་ལ། དེ་དག་གིས་གྲང་མི་དགེ་བའི་ལས་བྱས་ཤིང་བསགས་པ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་  
 པར་སྒྲིན་པ་བྲག་སྒྲིང་པ་ཅམ་ས་གཏོགས་པ་རྣམས་སྒྲིན་དྲུངས་འབྱེན་པ་ནི་ས་ཡིན་ཏེ།  
 གལ་ཏེ་ཡིན་ན་ནི་ཁམས་གོང་མར་སྐྱེས་པའི་སྐྱོ་སྐྱོ་བོ་དག་གནས་དེ་དག་ནས་གི་  
 འཕོས་ས་བྲག་རན་སོང་དུ་སྐྱེ་བ་མི་སྒྲིང་པར་འགྱུར་ཏེ། སྐྱར་སྐྱེ་བ་གཞན་དུ་  
 བསགས་པའི་མི་དགེ་བའི་ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་སྒྲོམས་འདུག་གིས་དྲུངས་སྐྱར་  
 བའི་ཕྱིར་དང་། སྐྱེ་བ་དེ་ལ་རན་སོང་དུ་སྐྱེ་འགྱུར་གྱི་ལས་གསར་པ་བསགས་པ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ལས་སྐྱེ་བ་ཀྱི་གཉེན་པོར་གསུངས་པའི་གཟུངས་སྒྲགས་སྒྲིག་པ་བཤགས་  
 པ་ལ་སོགས་པས་ལས་སྐྱེ་བ་མཛད་པར་གསུངས་པ་ས་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། དེ་དག་  
 གིས་གྲང་ལས་སྐྱེ་བ་ཀྱི་ས་བོན་རྣམས་པ་མཐུ་རྒྱུར་བར་བྱེད་པ་ཅམ་དང་། དེའི་སྐྱོ་  
 བས་རྣམས་སྒྲིན་བྲག་སྒྲིང་པར་བྱེད་པ་ཅམ་ལ་དགོངས་པ་ཡིན་གྱི་ས་བོན་དྲུངས་  
 འབྱེན་པ་ནི་ས་ཡིན་ཏེ། གང་གིས་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་སྐྱེ་བ་པ་ཆེན་པོ་དུ་མར་ཞི་བའི་  
 བའི་བ་ལ་གནས་པའི་སྐྱེ་བ་འཕེན་པར་བྱེད་པའི་བསམ་གཏན་དང་། གཟུགས་  
 མེད་པའི་སྒྲོམས་པར་འདུག་པ་དག་ལ་ཡང་སྐྱར་བཤད་པའི་རིག་པས། ལས་སྐྱེ་བ་  
 ཀྱི་རྣམ་སྒྲིན་དྲུངས་འབྱེན་པའི་རྣམས་པ་མེད་ན། འདོད་པར་གཏོགས་པའི་དགེ་བ་  
 ལུས་ངག་གི་ལས་སྒྲགས་བརྒྱས་པ་དང་སྒྲིག་པ་བཤགས་པ་དང་། རྒྱལ་འཆོལ་ཞིང་  
 སྐྱོར་བ་བྱེད་པ་སོགས་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་རྣམས་པ་ལྟ་ཡོད་རེ་སྐྱེན། དེ་ལྟར་ན་དགེ་བ་དང་  
 མི་དགེ་བའི་ལས་སྐྱོབས་ལྟན་དག་གིས་པན་རྩུན་གཅིག་གིས་གཅིག་གི་རྣམས་པ་



བྱེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་གྲུབ་པ་ཡིན་ཅོ། །ཅིའི་བྱིར་མ་འོངས་པའི་དགེ་བའི་རྩ་བ་སྒྲེ་  
བས་ཐོབ་པ་རྣམས་ནི་ས་བོན་དུ་མི་ལྟན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། སྒྲོར་བ་ལས་བྱུང་བ་  
རྣམས་ནི་དབང་དུ་མི་ལྟན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ཞེ་ན། སྒྲུས་པ། ལོག་ལྷ་དང་མི་ལྟན་  
པའི་སྒྲེས་བུ་རྣམས་ལ་ནི་དགེ་བའི་རྩ་བ་སྒྲེས་ཐོབ་མ་འོངས་པ་རྣམས་ནི་ཀུན་དུ་མ་  
རྩལ་བར་རང་གི་རང་གིས་འབྱུང་རུང་དུ་གནས་པ་ཡིན་ལ། སྒྲོར་བ་ལས་བྱུང་བའི་  
དགེ་བ་མ་འོངས་པ་རྣམས་རྒྱུན་གྱིས་ཀུན་དུ་རྩལ་ན་འབྱུང་རུང་དུ་གནས་པ་ཡིན་ཅོ་  
དེའི་བྱིར་སྒྲེས་བུ་དེ་དག་ལ་དགེ་བའི་རྩ་བ་དེ་དག་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་ས་བོན་དང་  
ལྟན་པ་དང་། དབང་དང་ལྟན་པ་ཞེས་བརྗོད་དོ། །

གང་གི་ཆེ་སྒྲེས་བུའི་རྒྱུད་ལ་ཇི་སྐད་བཤད་པའི་ལོག་ལྷ་སྒྲེས་པ་དེའི་ཆེ།  
ཇི་སྒྲིད་ལྷ་བ་དེ་ནི་ད་གྱི་འདུ་བྱེད་གྱི་རྣམས་པ་རྒྱུད་ལ་མ་ཉམས་གྱི་བར་དུ་སྒྲེ་བས་  
ཐོབ་པ་དང་སྒྲོར་བ་ལས་བྱུང་བའི་དགེ་བའི་རྩ་བ་དེ་དག་རྒྱུད་དེ་ལ་འབྱུང་རུང་ཙམ་  
དུ་ཡང་མེད་དེ་ལྷ་བའི་རྣམས་པ་དེ་དང་ལྟན་པའི་གང་ཟག་དེ་ནི་དགེ་བའི་སྒྲོགས་  
རྣམས་དང་གིན་དུ་ཞེ་འདྲས་པའི་རྣམས་པ་ཅན་ཡིན་པའི་བྱིར་དེའི་བྱིར་སྒྲེས་བུ་དེ་ལ་  
དགེ་བའི་རྩ་བ་དེ་དག་ས་བོན་དུ་ཡང་མི་ལྟན་ལ། དབང་དུ་ཡང་མི་ལྟན་ཞེས་བྱ་བ་  
འདི་གྲུབ་པ་ཡིན་ཅོ། །དེ་ལྷར་ན་ཁོ་བོས་ནི་ལོག་ལྷས་དགེ་བའི་རྩ་བ་གཙོད་པའི་  
དོན་དེ་ལྷར་དུ་ཁོང་དུ་རྒྱུད་དོ། །

དེ་ལྷར་ལྷ་བ་རྣམས་ཀྱི་རོ་བོ་བསྐྱེད་ནས། དེ་དག་ལ་རྟེན་པའི་བྱུང་བར་  
དབྱུང་བ་ནི་ལྷ་བ་ལྷ་བོ་འདི་དག་ལས་མེད་པ་ཡོད་པར་སྒྲོ་འདོགས་པའི་ལྷ་བ་ནི་དུ་



ཞིག །ཡོད་པ་འཛིག་པའི་སྐར་པ་འདེབས་པའི་ལྷ་བའི་དུ་ཞིག་ཡོད་ཅེ་ན། དང་པོ་  
 བཞི་མི་སྟོ་འདོགས་པའི་ལྷ་བ་ཡིན་ཏེ། དང་པོ་གཞིས་ཀྱིས་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་གེས་བྱ་  
 ཉེར་ལེན་གྱི་ཡུང་པོ་ལྷ་ལ་བདག་དང་བདག་གི་བའི་ངོ་བོ་ཉིད། དེ་ཉིད་རྟག་པའས་  
 ཆད་པའི་བྱུང་པར་དུ་སྟོ་འདོགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཕྱི་མ་གཞིས་ཀྱིས་མི་གོ་རིམ་  
 བཞིན་དུ་ལྷ་བ་དམན་པ་ལ་མཆོག་ལ་སོགས་པ་དང་། ལྷ་བ་ངན་པ་སྟོན་དུ་འགྲོ་བ་  
 ཅན་གྱི་ཚུལ་བྲིམས་དང་། བརྟལ་ཞུགས་ལ་འདག་པ་དང་གྲོ་ལ་བྱེད་སོགས་ལུ་སྟོ་  
 འདོགས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཅིག་ལོག་པར་ལྷ་བ་མི་པ་ལ་ཆེར་སྐར་བ་  
 འདེབས་པའི་ལྷ་བ་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་འབྲས་སོགས་མེད་པར་རྟོག་པའི་རྣམ་པ་ཅན་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །པ་ལ་ཆེར་ཞེས་པ་ནི་དབང་ལྷག་འགྲོ་བའི་བྱེད་པ་པོར་འཛིན་པ་ལ་  
 སོགས་སྟོ་འདོགས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་ལོག་ལྷ་ཡང་ཡོད་པས་སྐར་འདེབས་ཁོ་ནར་  
 མ་ངེས་པར་བསྟན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

འདིར་ལྷ་བའི་ལྷ་ཁོ་ནར་བསྟན་ན། མདོ་སྟེང་ག་ལས་འབྱུང་བའི་སྟོན་གྱི་  
 མཐར་རྟོག་པའི་ལྷ་བ་གང་ཡིན་པ་དང་། ཕྱི་མའི་མཐར་རྟོག་པའི་ལྷ་བ་གང་ཡིན་པ་  
 དེ་དག་ལྷ་བ་ལྷ་པོ་རྣམ་པ་དུ་ཞིག་ལས་བྱུང་བར་ངེས་པར་བྱ་ཞེ་ན། དེ་ལ་སྟོན་གྱི་  
 མཐར་རྟོག་པའི་ལྷ་བ་མི་བཅོ་བརྒྱད་ཏེ། འདི་ལྷ་ར། རྟག་པར་སྟོ་བ་རྣམས་ཀྱི་བཞི་  
 དང་། འཇུག་རྟག་པར་སྟོ་བ་རྣམས་ཀྱི་བཞི་དང་། རྒྱ་མེད་པར་སྟོ་བ་རྣམས་ཀྱི་  
 གཞིས་དང་། མཐའ་དང་ལྷན་མི་ལྷན་དུ་སྟོ་བ་རྣམས་ཀྱི་བཞི་དང་། ལྷ་མི་སྟོར་བར་  
 སྟོ་བ་རྣམས་ཀྱི་བཞི་རྣམས་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་རྟག་པར་སྟོ་བ་རྣམས་ཀྱི་བཞི་མི་ཕྱི་རོལ་

པའི་བསམ་གཏན་པ་འགའ་ཞིག་གིས་སྒོན་གྱི་གནས་རྗེས་སུ་བྱམ་པའི་མདོན་གེས་  
 གྱིས་བར་གྱི་སྒྲུལ་པ་ཉི་ཤུ་དང་། བཞི་བཅུ་དང་། བརྒྱད་ཅུ་བྱམ་པ་དང་། ལྷའི་མིག་  
 གི་མདོན་གེས་གྱིས་སེམས་ཅན་ཁ་དོག་བཟང་པོ་དང་རན་པ་གི་བརྒྱམས་དེ་དང་དེ་  
 ཉིད་དུ་སྒྲེ་བར་མཐོང་ནས་བདག་དང་འཇིག་རྟེན་མཐོང་བ་ལྟར་རྟག་གོ་ཞེས་སྒྲུ་  
 བའོ། །

ཁ་ཅིག་རྟག་པར་སྒྲུ་བརྒྱམས་གྱི་བཞི་ནི། ཚངས་ཆེན་གྱི་འཁོར་འགའ་  
 ཞིག་གི་ནས་མིར་སྒྲེས་ནས་དབེན་པར་བསམ་གཏན་སྒྲུབས་དེ་མདོན་གེས་བསྒྲེད་  
 དེ་ལྟས་པས་ཚངས་པ་ཆེན་པོ་མ་གི་བར་མཐོང་ནས་ཚངས་པ་ཆེན་པོ་རྟག་ལ། ལྷ་  
 གཞན་རྒྱམས་མི་རྟག་ཅིས་པ་དང་། ཚངས་པ་ཆེན་པོས་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་རྒྱམས་མི་  
 རྟག་ཅིང་། སེམས་མི་འགག་པར་མཐོང་ནས་འབྱུང་བ་རྒྱམས་མི་རྟག་ལ་སེམས་  
 རྟག་ཅིས་དང་། འདོད་ལྷ་ཅེ་བས་རབ་རུ་བསྒྲུས་པ་ཞིག་ཅེད་མོས། བྱམ་གེས་  
 བཞིན་ཉམས་དེ་གི་བ་མིར་སྒྲེས་དེ། མདོན་གེས་སྒྲེད་དེ་ལྟས་པས་རང་གི་སྒྲུར་གྱི་ཟླ་  
 བོ་རྒྱམས་མ་གི་བར་མཐོང་ནས་ལྷ་ཅེ་བས་བསྒྲུས་པ་རྒྱམས་མི་རྟག་ལ། གཞན་རྟག་  
 ཅིས་པ་དང་། ལྷ་གྲོགས་ལ་ཡིད་འབྱུག་པ་ཁ་ཅིག་དེའི་སྒྲོ་བས་གྱིས་གི་སྒྲེ། མིར་  
 སྒྲེས་ནས་སྒྲུ་མ་ལྟར་མདོན་གེས་སྒྲེད་དེ་ལྟས་པས་གཞན་རྒྱམས་མ་གི་བར་མཐོང་  
 ནས་ལྷ་ཡིད་འབྱུག་པ་དག་ནི་མི་རྟག་ལ་གཞན་རྒྱམས་རྟག་གོ། ཞེས་ལྷ་བའོ། །

རྒྱ་མིད་པར་སྒྲུ་བ་གཉིས་གྱི་བསམ་གཏན་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱ་མིད་པས་སྒྲུ་  
 བ་ནི་གཟུགས་མེད་ནས་གི་འཕྲོས་པའི་སེམས་ཅན་འགའ་ཞིག་འདོད་གཟུགས་སུ་





ཀྱང་ཡི་གེའི་བྱང་པར་ལ་མངོན་པར་ཞེན་ལ་དོན་གྱི་བྱང་པར་ལ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ་  
མཐའ་ཡོད་པ་ཡང་མ་ཡིན་མེད་པ་ཡང་མ་ཡིན་པའི་འདུགས་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་  
དག་ནི་ཅི་རིགས་པར་འདས་པ་དང་ད་ལྟར་གྱི་ཡུལ་ལ་རྟོག་པའི་ཕྱིར། སྟོན་གྱི་  
མཐའ་ལ་རྟོག་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། འདས་པ་དང་ད་ལྟར་བ་དག་ནི་བྱང་བེན་པའི་ཕྱིར་  
སྟོན་གྱི་མཐའ་ཡིན་པས་སོ། །དེ་དག་མདོར་བསྡུས་པའི་སྟོམ་ནི། རྟག་པ་ཁ་ཅིག་རྒྱ་  
མེད་དང་། །འཐའ་ལྡན་དེ་བཞིན་ལྷ་མི་སྟོང་། །ཞེས་པའོ། །

ལྷ་མི་སྟོང་བར་སྒྲ་བ་རྣམས་གྱི་བཞི་ནི། སྟོ་མ་བྱང་བ་དང་། རྟོགས་པ་  
མངོན་པའི་ང་རྒྱལ་ཅན་དང་། སྟོ་བྱང་བ་རྣམ་པར་མ་ངེས་པ་དང་། ཤེས་པ་ཞན་  
ཅིང་ཀུན་རྟོག་ངས་པ་བཞི་ལ། མངོན་པར་མཐོ་བའི་ལམ་དགེ་བ་དང་། མི་དགེ་བ་  
དང་། ངེས་པར་ལེགས་པའི་ལམ་སྟུག་བསྐྱེད་དང་ཀུན་འབྱུང་དང་། འགོག་པ་དང་།  
ལམ་རྣམས་ལ་བརྩམས་ཏེ་དྲི་བ་དྲིས་པ་ན། བདག་ནི་ལྷ་མི་སྟོང་བ་ཡིན་ནོ་སྟུང་དུ་  
དམ་བཅས་ནས། གང་དུ་འཆི་བ་མེད་པ་རྣམ་པར་དག་པའི་ལྷ་རྣམས་གྱི་གོ་འཕང་  
ཐོབ་པའི་རྒྱ་ལས་བརྩམས་ཏེ་དྲི་བ་དྲིས་པ་སྤང་བར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་དེར། དྲི་བ་  
དྲིས་པ་རྣམས་ལ་ཆོག་ག་ཞན་དང་ག་ཞན་དུ་རྒྱུང་ལ་སྒྲུབ་བ་དང་། ཕྱིར་ཚོ་ལ་དང་  
མཐུན་པའི་ཚུལ་གྱིས་སྟོང་བར་བྱེད་དོ། །དེ་ལ་ཚོ་ལ་བ་དང་པོ་ནི་རྩུན་སྒྲུབ་དང་མི་  
ཤེས་པ་ཡོད་པས་འཛིགས་ཤིང་འཛེམ་པའི་ཕྱིར་མི་ཤེས་སོ། །ཞེས་གསལ་པོར་ལན་  
འདེབས་པར་མི་བྱེད་དོ། །

གཉིས་པ་ནི་རང་གི་རྟོགས་པ་ལ་འཛིགས་པ་ཡོད་དེ། སྐལ་ཞིང་བརྟག་

པའི་འཛིགས་པ་དང་། རྩོན་དུ་སྒྲུབ་པ་དང་། ལོག་པར་ལྷ་བས་གྱུར་འཛིགས་གིང་  
འཛེམ་པའི་ཕྱིར། བདག་ནི་རྟོགས་པའི་མཛོན་པའི་ར་རྒྱལ་ཅན་ནོ། །ཞེས་གསལ་  
པོར་ལན་འདེབས་པར་མི་བྱེད་དོ། །

གསུམ་པ་ནི་རྒྱལ་ཞིང་བདག་པ་དང་རྩོན་དུ་སྒྲུབ་པ་དང་། ལོག་པར་ལྷ་  
བས་འཛིགས་གིང་འཛེམ་པའི་ཕྱིར། བདག་ནི་རེས་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གསལ་པོར་  
ལན་འདེབས་པར་མི་བྱེད་དོ། །ཞེས་གསལ་པོར་མི་བྱེད་པར། གཞན་ཁོ་ན་ལ་གྱུར་  
ངྱིས་ནས་དེ་དང་མཐུན་པར་བྱེད་པས་ཚིག་གིས་སྟོང་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་  
ནི་འདི་སྒྲུམ་དུ་ཕྱིར་གྲོལ་བ་རྣམས་འོངས་ན་དེར་གཡོས་སྒྲུབ་པར་བྱའོ་སྒྲུམ་དུ་  
སེམས་པ་འདི་ནི་འདིར་ལྷ་བར་གྱུར་པ་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ། །ཕྱི་མའི་མཐའ་ལ་  
རྟོག་པའི་ལྷ་བ་ནི་བཞི་བཅུ་ཅུ་བཞི་སྟེ། འདི་ལྷ་ར། འདུ་ཤེས་ཡོད་པར་སྒྲུབ་རྣམས་  
ཀྱི་བཅུ་དྲུག་དང་། མེད་པར་སྒྲུབ་རྣམས་ཀྱི་བརྒྱད་དང་། གཉིས་མིན་དུ་སྒྲུབ་  
རྣམས་ཀྱི་བརྒྱད་དང་། ཆད་པར་སྒྲུབ་རྣམས་ཀྱི་བདུན་དང་། ཆོ་འདི་ཉིད་ལ་གྲོལ་  
བར་སྒྲུབ་རྣམས་ཀྱི་ལྷ་རྣམས་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལ་འདུ་ཤེས་ཡོད་པར་སྒྲུབ་རྣམས་ཀྱི་ལྷ་བ་བཅུ་དྲུག་ནི། བདག་  
གཟུགས་དང་ལྷན་འདུ་ཤེས་ཅན། མི་ལྷན་འདུ་ཤེས་ཅན། གཉིས་ཡིན་འདུ་ཤེས་  
ཅན། གཉིས་ཀ་མིན་འདུ་ཤེས་ཅན། བཞི་དང་། བདག་མཐའ་དང་ལྷན་པ་དང་མི་  
ལྷན་པ་དང་གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་དང་། གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པ་འདུ་ཤེས་ཅན་ཏེ་བཞི་དང་།  
བདག་བདེ་བ་ཡིན་པ་དང་། ལྷག་བསྐྱལ་བ་ཡིན་པ་དང་། གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་དང་།

གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པའི་འདུ་ཤེས་ཅན་བཞི་དང་། བདག་གཅིག་སྤུ་ཡིན་པ་དང་། བ་  
དང་པ་དང་། རྩེ་དུ་ཡིན་པ་དང་། ཆད་མེད་པ་ཡིན་པའི་འདུ་ཤེས་ཅན་དུ་ལྟ་བ་  
རྣམས་ཡིན་ལོ། །

འདུ་ཤེས་མེད་པར་སྒྲིབ་རྣམས་ཀྱི་ལྟ་བ་བརྒྱད་ནི། བདག་གཟུགས་ཅན་  
ཡིན་འདུ་ཤེས་མེད་ཅེས་པ་ནས། བདག་མཐའ་དང་ལྟན་མི་ལྟན་གཉིས་ཀ་མིན་འདུ་  
ཤེས་མེད་ཅེས་པའི་བར་བརྒྱད་རྣམས་ཡིན་ལོ། །

གཉིས་ཀ་མིན་པར་སྒྲིབ་རྣམས་ཀྱི་བརྒྱད་ནི། སྒྲ་མ་བརྒྱད་པོ་དེ་ཉིད་ལ་འདུ་  
ཤེས་ཡོད་པ་ཡང་མ་ཡིན་མེད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཞེས་སྒྲུབ་བ་བརྒྱད་རྣམས་ཡིན་ལོ། །

ཆད་པར་སྒྲིབ་རྣམས་ཀྱི་བདུན་ནི་འདོད་པའི་མི་དང་ལྟ་དང་གཟུགས་  
ཁམས་པ་དང་། གཟུགས་མེད་སྒྲེ་མཆེད་རིས་བཞི་སྟེ་བདུན་རྣམས། མ་གྱི་བར་དུ་  
ནད་དང་བཅས་འབྲས་དང་བཅས། ཟུག་དུ་དང་བཅས་པ་ཡིན་ལ། ཤི་ནས་ཡེ་མེད་དུ་  
སྒྲིབ་ལོ། །

ཆེ་འདི་ཉིད་ལ་གྲོལ་བར་སྒྲིབ་རྣམས་ཀྱི་ལྟ་ནི། འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་ལ་  
འཛེམ་མེད་དུ་སྒྲོད་པས་གྲོལ་བ་དང་། བསམ་གཏན་བཞི་ཐོབ་པས་གྲོལ་བར་ལྟ་བ་  
རྣམས་ཡིན་ལོ། །འདི་དག་ནི་པལ་ཆེར། མ་འོངས་པའི་ཆ་ལ་གཏོགས་པས་དེའི་  
ཕྱིར་ཕྱི་མའི་མཐར་ཏྟག་པའི་ལྟ་བ་ཡིན་ལོ། །དེ་དག་མདོར་བསྡུས་པའི་སྟོམ་ནི།  
འདུ་ཤེས་ཡོད་སྒྲིབ་བཅུ་དྲུག་དང་། མེད་དང་གཉིས་མིན་བརྒྱད་བརྒྱད་དང་། ཆད་  
པར་སྒྲིབ་རྣམས་ཀྱི་བདུན། ཆེ་འདི་ཉིད་ལ་གྲོལ་ལྟའི་ལྟ། ཞེས་སོ། །འདི་དག་ལྟ་



པོ་གང་དུ་འདུས་པ་ནི་རང་གི་ངོ་བོའི་དབང་དུ་བྱས་ན་མཐར་འཛིན་པ་དང་ལོག་ལྟ་  
གཉིས་ལས་ལྷུང་སྟེ་རྣམ་པར་བཞག་གོ། །རྒྱ་འབྲས་ངོ་བོ་མ་ལུས་པའི་དབང་དུ་བྱས་  
ན་ལྟ་བུ་པོ་ཐམས་ཅད་ལས་རྣམ་པར་བཞག་སྟེ། འཛིགས་ཆོགས་ལ་ལྟ་བུ་ནི་དེ་  
དག་ཀུན་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དང་། མཆོག་འཛིན་གཉིས་ནི་དེ་དག་གི་འབྲས་བུ་  
ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །

དྲི་བ་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པའི་དངོས་པོ་རྣམས་ལ་ལྟ་བུ་བ་བརྩ་བཞི་གསུངས་པ་  
གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ལྟ་བུ་པོ་གང་ལ་ལྷུང་བར་རིག་པར་བྱ་ཞེ་ན། མཆོན་ཉིད་  
ལས་རྣམས་ན་མཐར་ལྟ་དང་ལོག་ལྟ་གཉིས་ལས་ལྷུང་སྟེ་རྣམ་པར་བཞག་ལ།  
འཁོར་དང་བཅས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན་ལྟ་བུ་པོ་ཐམས་ཅད་ལས་ལྷུང་སྟེ་རྣམ་པར་  
བཞག་པར་རིག་པར་བྱའོ། །ལུང་དུ་མ་བསྟན་པའི་ལྟ་བུ་བ་བརྩ་བཞི་པོ་དེ་དག་ཀྱང་  
གང་ཞེ་ན། དབུ་མ་རྩ་བར། འདས་པན་ཆད་དང་མཐའ་སོགས་དང་། །རྟག་ལ་  
སོགས་པར་ལྟ་བུ་དག །མྱ་ངན་འདས་དང་སྤྱི་མཐའ་དང་། །སྒྲོན་གྱི་མཐའ་ལ་རྟེན་  
པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། དེ་ལ་སྒྲོན་གྱི་མཐའ་ལ་རྟེན་པ་བཞི་ནི་བདག་དང་  
འཛིག་རྟེན་རྟག་མི་རྟག་གཉིས་ཀ་ཡིན་གཉིས་ཀ་མིན་ཞེས་པ་རྣམས་སོ། །སྤྱི་མའི་  
མཐའ་ལ་རྟེན་པ་རྣམས་ནི་བདག་དང་འཛིག་རྟེན་མཐའ་དང་ལྟན་པ་དང་། མི་ལྟན་  
པ་དང་། གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་དང་། གཉིས་ཀ་མིན་པ་རྣམས་ཡིན་འོ། །མྱ་ངན་འདས་ལ་རྟེན་པ་  
རྣམས་ཀྱི་བཞི་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་གྲོངས་པན་ཆད་འབྱུང་ངོ་མི་འབྱུང་ངོ་། །  
གཉིས་ཀ་ཡིན་འོ། །གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་འོ། །ཞེས་པ་རྣམས་ཡིན་འོ། །ལུས་གང་ཡིན་

པ་དེ་ཉིད་སྟོག་གྲང་དེ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པ་དང་། །ལུས་གྲང་གཞན་ལ་སྟོག་གྲང་  
 གཞན་ཡིན་ནོ། །དེ་གཉིས་ནི་ལུས་སྟོག་ལ་རྟེན་པའོ། །ཅིའི་སྤྱིར་འདི་དག་ལ་ལུང་  
 ཏུ་མི་སྟོན་པའི་ལྷ་བ་ཞེས་བྱ་ཞེ་ན། འགའ་ཞིག་གིས་འདི་དག་དེ་བཞིན་གསེགས་  
 པ་ལ་ཞུས་པ་ན་བདག་ལ་བརྩམས་དེ་འདྲི་བར་མཁྱེན་ནས་མཐའ་དང་ལྷན་པའམ་  
 མི་ལྷན་པ་སོགས་སུ་ལུང་བསྟན་ན་བྱུང་གཞི་མེད་པའི་བྱུང་བར་གྱི་ཆོས་ལ་དབྱེད་  
 པ་མི་འབྲང་བར་དགོངས་ཤིང་བྱུང་གཞི་བཀག་ན་དོན་ཏུ་མི་འགྱུར་བར་དགོངས་  
 ནས་ཅང་མི་གསུང་བས་དེའི་སྤྱིར་ལུང་ཏུ་མི་སྟོན་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། རིན་པོ་ཆེའི་སྤྱིར་བ་  
 ལས། འཛིག་རྟེན་མཐའ་དང་ལྷན་ནམ་ཞེས། །ཞུས་ན་རྒྱ་པ་བ་མི་གསུང་བཞུགས། །  
 གང་སྤྱིར་དེ་ལྷ་ར་ཟབ་པའི་ཆོས། །སྟོན་མིན་འགྲོ་ལ་མི་གསུང་བ། །དེ་ཉིད་སྤྱིར་ན་  
 མཐས་རྣམས་གྱིས། །ཀུན་མཁྱེན་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པར་ཤེས། །ཞེས་གང་གསུངས་  
 པ་ཡིན་ནོ། །

ད་ནི་འདི་དབྱེད་པར་བྱ་སྟེ། འདི་ལྷ་ར། ལྷ་བར་གྱུར་པ་དུག་ཅུ་ཅུ་གཉིས་  
 དང་། ལུང་ཏུ་མ་བསྟན་པའི་ལྷ་བ་བཅུ་བཞི་ལ་བྱེ་བྲག་གི་ཐ་དད་དུ་བྱ་བ་ནི་ཅི་ཞིག་  
 ཡོད། གང་གིས་ན་ཐ་དད་པར་བསྟན་ཅེ་ན། དེ་ལ་སྟོན་དེ་བཞིན་གསེགས་པས་  
 འཇམ་བུའི་གླིང་དུ་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་མ་སྒྲིར་བའི་སྟོན་རོལ་ན། ཆོས་འདི་ལས་སྤྱི་  
 རོལ་དུ་གྱུར་པ་རྣམས་ཀྱི་རྟག་པ་དང་ཆད་པའི་མཐར་ལྷ་བའི་རྣམ་གྲངས་ནི་སྟོན་  
 གཅིག་ཡོད་པ་དེ་ཐམས་ཅད་ནི་སྤྱིར་བཤད་པའི་ལྷ་བར་གྱུར་པ་དུག་ཅུ་ཅུ་གཉིས་  
 པོ་དེ་ཅམ་དུ་ཟད་པའི་སྤྱིར། མདོར་ན་ལྷ་བར་གྱུར་པ་དུག་ཅུ་ཅུ་གཉིས་རྣམ་པར་

རི་ལྷ་བའི་རྣམ་པ་བཤམས་ཅན་ལྷ་བར་གྱུར་པ་དུག་ཅུ་ཅ་གཉིས་སུ་དངོས་པོ་  
 ལ་ངེས་སམ་ཞེན། མ་ཡིན་དེ། ཚེས་གྱི་འཁོར་ལོ་མ་བསྒྲེར་བའི་སྟོན་རོལ་ན།  
 འཕགས་པའི་ཡུལ་གྱི་དགེ་སྟོང་དང་བཤམ་བེ་རྣམས་ལ་གྲགས་གིང་། མཚོག་དུ་  
 འཛིན་པའི་ལྷ་བའི་རྣམ་པ་རི་སྟེང་པ་བཤམས་ཅན་དུག་ཅུ་ཅ་གཉིས་པོ་འདི་ཙམ་དུ་  
 ཟད་པའི་ཁྱིར། ལྷ་བར་གྱུར་པ་དུག་ཅུ་ཅ་གཉིས་ཞེས་མདོ་ལས་གསུངས་པར་ཟད་གྱི།  
 ཡུལ་གཞན་དང་དུས་གཞན་དུ་འབྱུང་བའི་ལྷ་བའི་རྣམ་པ་དག་ནི་མཐའ་ཡས་པའི་  
 ཁྱིར་དེ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་སངས་རྒྱས་ལས་གཞན་གྱིས་བརྗོད་པར་མི་རུས་སོ། །  
 དེ་བཞིན་དུ་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པའི་ལྷ་བ་ཡང་བཅུ་བཞི་པོ་འདི་ཙམ་དུ་ཟད་པ་ནི་མ་  
 ཡིན་གྱི་འོན་ཀྱང་དེ་བཞིན་གསེགས་པ་ལ་འགའ་ཞིག་གིས་དྲིས་པ་ལ། མཐའ་  
 གཅིག་དུ་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་བཅུ་བཞི་པོ་འདི་ཙམ་དུ་ཟད་པའི་ཁྱིར་ལུང་དུ་མ་



བསྟན་པའི་ལྷ་བ་བཙུ་བཞིར་མདོ་ལས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །བཙུ་བཞི་པོ་འདི་ཙམ་  
དུ་དངོས་པོ་ལ་ངེས་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཡུལ་དང་དུས་དང་གནས་སྐབས་གཞན་དང་  
གཞན་དུ་ཡང་ལུང་བསྟན་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པའི་ལྷ་བའི་རྣམ་པ་གཞན་དང་གཞན་  
མི་འབྱུང་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །

ལྷ་བ་རན་པ་གང་ཇི་སྟེད་པ་བཤམས་ཅད་རྟག་པར་ལྷ་བའམ། ཆད་པར་ལྷ་  
བ་གཉིས་སུ་ནི་དངོས་པོ་ལ་ངེས་པ་ཡིན་ཏེ། རྟག་པའམ་ཆད་པའི་མཐའ་ལ་མི་རྟེན་  
པའི་ལྷ་བ་གང་ཇི་སྟེད་པ་བཤམས་ཅད་ནི་ཡང་དག་པའི་ལྷ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །  
ཅིའི་བྱིར་རྣམ་པ་བཙུ་བཞི་པོ་འདི་དག་གི་སྟོན་ས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་དྲི་བར་  
རྩོམ་མོ་ཞེ་ན། དེ་ལ་རྟག་པ་སྟོན་དུ་བཏང་བ་དག་གིས་དྲི་བར་བྱ་བའི་ཆོས་ནི་  
གཉིས་ཏེ། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་། རྣམ་པར་བྱང་བའོ་རྣམ་པར་བྱང་བའི་  
ཕྱོགས་ལ་རྟེན་ནས་ནི། བྱ་རན་ལས་འདས་པ་ལ་རྟེན་པ་བཞི་དྲིས་སོ། །ཅིག་ཤོས་  
ཀྱི་ཕྱོགས་ལ་རྟེན་ནས་ནི་ལྷག་མ་རྣམས་དྲིས་སོ། །ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་  
ཕྱོགས་དེ་ཡང་ནང་བདག་གིས་དངོས་པོ་དང་བྱི་སྟོད་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་གཉིས་སུ་བྱང་  
པས་དེའི་བྱིར་བདག་དང་འཇིག་རྟེན་གཉིས་ལ་རྩམ་ནས་དྲིས་སོ། །དེ་དག་གི་ཐོག་  
པའི་མཐའ་ཤེས་པར་འདོད་ནས་བདག་དང་འཇིག་རྟེན་རྟག་གམ་མི་རྟག་ཞེས་བྱ་  
བ་ལ་སོགས་པ་བཞི་དྲིས་སོ། །བ་པའི་མཐའ་ཤེས་པར་འདོད་ནས་མཐའ་དང་ལྷན་  
མི་ལྷན་སོགས་བཞི་དྲིས་སོ། །བྱིའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ད་ལྷར་གྱི་རང་གི་མཚན་ཉིད་ནི་  
མདོན་སུམ་གྱིས་དམིགས་པས་རྟོགས་སྟེ་བའི་བྱིར། དེའི་ད་ལྷར་གྱི་རང་གི་རོ་བོ་ལ་

བརྩམས་ནས་དྲི་བ་མ་བཞོད་ལ། རང་བདག་གི་དངོས་པོའི་རང་བཞིན་ནི་ཉོགས་  
པར་དགའ་བས། ཁ་ཅིག་ནི་ལུས་འདི་ཉིད་བདག་གི་དངོས་པོར་སེམས། ཁ་ཅིག་ནི་  
ལུས་ལས་གཞན་དུ་སེམས་པ་ཡོད་པས། དེའི་ཕྱིར། དེའི་ད་ལྟར་གྱི་རང་གི་ངོ་བོར་  
ཤེས་པར་འདོད་ནས། ལུས་གང་ཡིན་པ་སྟོག་གྱུར་དེ་ཡིན་ནམ། ཞེས་པ་གཉིས་  
དྲིས་སོ། །དེའི་ཕྱིར་རྣམ་པ་བཅུ་བཞི་པོ་འདི་དག་གི་སྟོན་ནས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་  
ལ་དྲིས་པ་ཡིན་ཅོ། །

དེ་ལ་བདག་དང་འཇིག་རྟེན་རྟག་གསུམ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདི་དག་གསོད་མ་  
ནས་ངོ་བོ་ཉིད་གྱིས་གྲུབ་པ་ཐོག་མ་མེད་པ་ཞིག་དུ་སེར་སྐྱའི་གཞུང་གི་རྗེས་སུ་  
འབྱར་བའི་དྲར་སྟོང་རྣམས་འདོད་པ་དེ་ལྟར་དུ་ཡིན་ནམ་ཞེས་པའོ། །མི་རྟག་ཞེས་  
བྱ་བ་ནི་དེ་དག་རྒྱ་རྒྱུན་ལ་མི་ལྟོས་པར་གྲོ་བུར་བ་ཐོག་མ་དང་ལྡན་པ་ཞིག་དུ།  
འཇིག་རྟེན་རྒྱུར་འཕེན་པ་དག་འདོད་པས་དེ་ལྟར་ཡིན་ནམ་ཞེས་པའོ། །གཉིས་ཀ་  
ཡིན་ཞེས་པ་ནི། རང་བཞིན་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ངོ་བོ་ཉིད་གྱིས་རྟག་གྱུར་། ལྷ་མི་  
ལ་སོགས་པའི་གནས་སྐབས་ལས་དང་དུས་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་ལས་གསུང་དུ་  
འབྱུང་བས་མི་རྟག་པ་ཡང་ཡིན་ཅོ་ཞེས་དྲར་སྟོང་རྒྱལ་བ་པའི་རྗེས་སུ་འབྱར་བ་ཁ་  
ཅིག་སྒྲུབས་དེ་ལྟར་དུ་གནས་སམ་ཞེས་པའོ། །གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གསུམ་  
པའི་དོན་དེ་ཉིད། མཐའ་གཞན་དགག་པའི་ཕྱིར་ཆོག་བསྟོག་པ་ཅུམ་ཡིན་ཅོ། །  
མཐའ་དང་ལྡན་ཞེས་པ་ནི། དེ་དག་ཕྱི་མའི་མཐར་རྒྱན་ཆད་པར་འགྱུར་རམ་ཞེས་  
པའོ། །མི་ལྡན་ཞེས་པ་ནི་དེ་ལས་བསྟོག་པ་སྟེ། དེ་གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་དང་མ་ཡིན་པ་ནི།

སྒྲ་མ་ལས་དཔགས་པས་གོ་སྒྲུའོ། །

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་གྲོངས་པའ་ཆད་འབྱུང་མི་འབྱུང་ཞེས་སོགས་གྲོལ་  
བའི་བདག་ལ་བརྩམས་ནས་འདྲི་བ་སྟེ། དེ་ཡང་ཕྱི་མའི་མཐའ་ལ་སྒྲིང་བ་ཡིན་ནོ། །  
དེའི་སྒྲིན་གྱི་མཐའ་ལ་མི་དབྱེད་བ་ནི། ལམ་བའི་བདག་གི་སྒྲིན་གྱི་མཐའ་ལ་  
དབྱེད་བ་ཉིད་གྱིས་གྲོལ་བའི་བདག་གི་སྒྲིན་གྱི་མཐའ་དེ་ཡང་དབྱེད་བར་འགྱུར་  
བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་ན་དེའི་ཕྱི་མའི་མཐའ་ཡང་དབྱེད་བ་དོན་མེད་དེ། སྒྲ་མ་ལ་  
དབྱེད་པས་ཆོག་པའི་ཕྱིར་ཞེན་མ་ཡིན་ཏེ། གང་དག་ལམ་བའི་ཆེ་བདག་ཕྱི་མའི་  
མཐའ་འདུག་ཀྱང་། གང་གི་ཆེ་གྲོལ་བ་ཐོབ་པ་དེའི་ཆེ། ཕྱི་མའི་མཐའ་འདུག་པར་  
མི་འདོད་པ་ཡིད་ཅིང་། གཞན་དག་གྲོལ་བ་ཐོབ་ནས་ཀྱང་། ཕྱི་མའི་མཐའ་འདུག་  
པར་འདོད་པས་དེའི་ཕྱིར། དེའི་ཕྱི་མའི་མཐའ་ལ་སྒྲིང་བར་བྱེད་དོ། །ལུས་སྒོག་ལ་  
ཉེན་པ་ནི་གོ་སྒྲུ་སྟེ། སྒོག་ནི་བདག་གི་རྣམ་གྲངས་ཡིན་ནོ། །གཞན་དག་ན་རེ། དང་  
པོ་རྣམས་གྲངས་ཅན་དང་། གཉིས་པ་རྣམས་རྒྱང་འཕེན་དང་། གསུམ་པ་རྣམས་  
གཅེར་བུ་བ་དང་བཞི་པ་རྣམས་གནས་མ་བུ་བའི་ལྟ་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་ཟེར་ཡང་།  
འབྲུང་པར་མ་མཐོང་སྟེ། ལུ་གསུམ་པ་དང་བཞི་པ་རྣམས་ནི། ཡི་གེ་ཅུ་མ་བུ་དང་  
པར་བྱེད་གྱི་དོན་ལ་བྲ་དད་མེད་པར་རྣལ་འབྱོར་སྒྲིང་བའི་ས་ལས་གསུངས་པའི་  
ཕྱིར་ཉན་ཐོས་གནས་མ་བུ་བ་དང་། རྒྱལ་བ་པ་ལྟ་བ་མཚུངས་པར་བྲལ་བ་དང་། ལུ་  
བྲལ་མ་གཉིས་ཀ་ཡང་གང་ཟག་དེ་གཉིས་ཀའི་ལྟ་བར་འགྱུར་བ་དང་། བུ་བཞི་པོ་  
འདི་བཅས་ཅད་ཕྱི་རོལ་བའི་དྲང་སྟོང་གིས་རང་གི་ལྟ་བ་ལ་རྩམས་ནས་དྲིས་པ་མ་





ལས་གཞན་ན་བདག་གོ་ཞེས་དང་གཟུགས་སོགས་མེད་པ་བདག་གོ་ཞེས་ཡང་དག་  
བར་རྗེས་སུ་མི་མགོང་ངོ་། །ཞེས་དགག་གཞི་ཡུང་པོ་དང་ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་  
རྣམས་ལ་རྣམ་པ་ལྡན་བདག་གསལ་བར་མཛད་ཅེ་ན། གཟུགས་སོགས་བདག་ཏུ་  
འཛིན་པ་ལ་སོགས་ལ་འཛིན་ཆོག་ལ་ལྟ་བུ་ཡོངས་སུ་འཛིན་པའི་ཞེས་པ་ལྟ་  
གཟིགས་ནས་ཡུང་པོ་སོགས་ལ་བདག་གསལ་བར་མཛད་ངོ་། །

ཞེས་པ་ལྟ་བུ་པོ་དེ་དག་གྲང་གང་ཞེ་ན། མཆོམ་ཉིད་དང་མི་མཐུན་པའི་ཞེས་པ་  
 དང་། ཞེས་པ་ལ་སོགས་པའོ། ། དེ་ལ་ཅི་སྟེ་བདག་ཡོད་ན་ལུང་པོ་དང་བཅུས་པའོ།  
 འོན་ཏེ་ལུང་པོ་མེད་པའི་དང་བཞིན་ཡིན། དང་པོ་ལྟར་ན། བདག་དེ་ལུང་པོའི་ངོ་བོ་  
 ཡོད་དམ་འོན་ཏེ་ལུང་པོ་ལས་གཞན་དུ་ཡོད་། ཕྱོགས་དང་པོ་མི་རིགས་ཏེ་བདག་  
 དང་ལུང་པོ་མཆོམ་ཉིད་མི་མཐུན་པའི་ཕྱིར་བོ། །

དེ་ཡང་འདི་ལྟར། བདག་ནི་རྟག་པ་དང་གཅིག་པུའི་རང་བཞིན་དུ་བདག་  
 ཏུ་སྒྲུབ་རྒྱལ་ས་ཁས་འཆིས་ལ། ཡུང་པོ་ནི་མི་རྟག་པ་དང་དུ་སྤེའི་རང་བཞིན་དུ་ཚད་  
 ལས་དམིགས་པའི་ཕྱིར་དང་། མཚན་ཅིང་མི་མཐུན་པ་དག་གྲང་ངོ་པོ་གཅིག་པ་  
 འགལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཅི་སྟེ་ཕྱོགས་གཉིས་པ་ལྟར་ན་ཡང་། ཡུང་པོ་ལ་བདག་རྟོན་  
 པའི་ཚུ་པ་དུ་གནས་སམ། འོན་ཏེ་བདག་ལ་ཡུང་པོ་རྟོན་པའི་ཚུ་པ་དུ་གནས། དང་པོ་  
 ལྟར་ན། བདག་ནི་མི་རྟག་པར་འགྱུར་ཏེ། ཡུང་པོ་མི་རྟག་པ་ལ་རྟོན་པའི་ཕྱིར། རྟོན་  
 མི་རྟག་ན་དེ་ལ་བརྟོན་པ་དག་གྲང་མི་རྟག་པར་མཐོང་སྟེ། དཔེར་ན་སྐུ་འཁོར་  
 གཡོ་བ་ན་ཚུ་གཡོ་བ་དང་། ཅིག་པ་ཞིག་པ་ན་དེ་ལ་རྟོན་པའི་རི་མོ་དག་གྲང་འཇིག་

པ་བཞིན་ནོ། །ཅི་སྟེ་ཡུང་པོ་རྣམས་ནི་བདག་གིས་དབང་བསྐྱར་བྱ་ཡིན་པས་བདག་ལ་རྟེན་གྱི་བདག་ནི་དེ་དག་ལ་རྟེན་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་ན་ཡང་། བདག་ནི་ཡུང་པོ་ལ་འདོད་དགུར་དབང་བསྐྱར་བར་བྱེད་པའི་རང་དབང་ཅན་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་རྟེ། བདག་མི་འདོད་བཞིན་དུ་ཡང་ཡུང་པོ་གནས་སྐབས་གཞན་དུ་འགྱུར་བ་དང་། འཛིག་པ་ལ་སོགས་པར་འགྱུར་བའི་བྱིར། གང་ཞིག་གང་ལ་དབང་བསྐྱར་བ་དེ་ནི་དེ་ལྟར་འདོད་པའི་རྗེས་སུ་བྱེད་པ་ཡིན་རྟེ། དཔེར་ན་གར་སྐབས་གྱི་ལུས་དང་སྟེ་འཛིན་དག་གི་སྟེ་ལྟ་བུ་བ་བཞིན་ནོ། །

ཡུང་པོ་རྣམས་ནི་བདག་གི་འདོད་པའི་རྗེས་སུ་བྱེད་པ་མ་ཡིན་རྟེ། དེའི་བྱིར་བདག་ནི་ཡུང་པོ་ལ་དབང་བསྐྱར་བྱེད་མ་ཡིན་ནོ། །ཅི་སྟེ་བདག་ཡུང་པོ་མེད་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་ན། དེ་ལྟ་ན་བདག་ཅེས་བྱ་བ་འདི་མིང་ཅམ་དུ་འགྱུར་གྱི་ལུས་སམ་རང་བཞིན་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པར་འགྱུར་རྟེ། ཡུང་པོ་དང་མི་ལྟ་ན་པ་ལ་ནི་རང་བཞིན་དུ་གྱུར་པའི་ལུས་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མ་དམིགས་རྟེ། མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་བཞིན་ནོ། །གཞན་ཡང་རྩི་སྲིད་དུ་བདག་ཡུང་པོའི་འཆིང་བྱེད་དང་བཅས་པ་དེ་སྲིད་དུ་ལམོར་བ་ཡིན་ལ་གང་གི་ཆེ་ཡུང་པོའི་འཆིང་བྱེད་ལས་གྲོལ་བ། དེའི་ཆེ་བདག་བར་པ་ཡིན་པར་བདག་ཏུ་སྟོབ་རྣམས་ཁས་ལེན་པར་བྱེད་པས། དེའི་བྱིར་བདག་ནི་སྟོབ་མི་དགོས་པར་བལྟ་བར་འགྱུར་རྟེ། ལམོར་བར་འཆིང་བྱེད་གྱི་ཡུང་པོ་དང་གཞོན་མ་ནས་བལྟ་བའི་བྱིར་རོ། །གང་ཡང་ཉེ་བར་ལེན་པའི་ཡུང་པོ་ལྟ་ལ་དམིགས་ནས། འཛིག་ཆོགས་ལ་ལྟ་བའི་སྐབས་ནི་ཤུ་འབྱུང་བར་གསུངས་པ་དེ་ལ་བདག་ཏུ་ལྟ་བ་ནི་དུ་



ཞིག་ཡོད་བདག་གིར་ལྟ་བུ་ནི་དུ་ཞིག་ཡོད་ཅེ་ན། མཐའ་ནི་ཤུ་ནི་གཟུགས་བདག་  
ཡིན་པར་ལྟ་བུ་ནས་རྣམ་པར་གཤེས་པ་ལ་བདག་གནས་སོ་ཞེས་པའི་བར་རོ། །

དེ་ལ་གཟུགས་བདག་ཡིན་པར་ལྟ་བུ་ནས་རྣམ་པར་གཤེས་པ་བདག་ཡིན་  
པར་ལྟ་བའི་བར་ལྟ་ནི་བདག་ཏུ་ལྟ་བུ་ཡིན་ནོ། །ལྟག་མ་བཙོ་ལྟ་ནི་བདག་གིར་ལྟ་  
བུ་ཡིན་ནོ། །ཅིའི་ཕྱིར་བཙོ་ལྟ་ནི་བདག་གིར་ལྟ་བུ་ཡིན་ཞེ་ན། བདག་གཟུགས་དང་  
ལྟན་པ་ནས། རྣམ་པར་གཤེས་པ་དང་ལྟན་པའི་བར་ནི་བདག་གི་བར་ལྟ་བུ་ཡིན་ཏེ།  
དཔེར་ན་སྒྲེས་བྱ་དང་རྒྱན་བཞིན་དུ་ཡུང་པོ་ལྟ་པོ་དེ་བདག་ལ་ཁུད་ཚེས་སུ་འབྲེལ་  
བར་འཇིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཟུགས་བདག་གི་ཡིན་པ་ནས། རྣམ་པར་གཤེས་པ་  
བདག་གི་ཡིན་པའི་བར་ལྟ་ཡང་། བདག་གིར་བར་ལྟ་བུ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་སྒྲེས་བྱ་  
དང་དེའི་ཚེར་བཞིན་དུ། ཡུང་པོ་ལྟ་ནི་བདག་གི་དབང་བསྐྱར་བྱུང་འཇིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
གཟུགས་ལ་བདག་གནས་པ་ནས་རྣམ་པར་གཤེས་པ་ལ་བདག་གནས་པའི་བར་ལྟ་  
ཡང་བདག་གིར་ལྟ་བུ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་འོ་མ་ལ་མར་གྱི་སྒྲིང་པོ་རྗེས་སུ་ཞུགས་  
པའམ་རི་སུལ་ན་སེང་གེ་གནས་པ་བཞིན་དུ། བདག་དེ་ནི་ལུས་ཀྱི་ཡན་ལག་རྣམས་  
དང་གོ་ས་ཐ་དད་དུ་མི་འཇུག་པར་དེ་དག་ལ་ཁུབ་པའི་སྒྲོ་ནས་རྗེས་སུ་ཞུགས་པར་  
འཇིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཅིའི་ཕྱིར་འཇིག་ཚོགས་ལ་ལྟ་བའི་མཐའ་ནི་ཤུར་བཤད་ཅེ་ན། བདག་ཏུ་ལྟ་  
བུ་གང་ཇི་སྟེད་ཅིག་ཡོད་པ་དེ་ཐམས་ཅད་ནི་ནི་ཤུ་པོ་འདི་ཙམ་དུ་བྱད་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། གང་ཇི་སྟེད་བདག་ཏུ་ལྟ་བུ་དེ་དག་ནི་ཡུང་པོ་འདི་དག་ལ་ཡིན་ལ།

དེ་ལ། ཁ་ཅིག་ནི་བདག་ལུང་པོ་དང་གཅིག་ཏུ་སྒྲོ་འདོགས་པར་བྱེད་ལ། ཁ་ཅིག་ནི་  
 བདག་ལུང་པོ་ལས་གཞན་ཏུ་སྒྲོ་འདོགས་པར་བྱེད་དོ། །གང་ཞིག་གཅིག་ཏུ་སྒྲོ་  
 འདོགས་པ་དེ་དག་ནི་གཟུགས་བདག་ཡིན་པར་ལྷ་བ་ནས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་བདག་  
 ཡིན་པར་ལྷ་བའི་བར་ལྷ་པོ་འདི་ཙམ་ཏུ་ཟད་པ་ཡིན་ཏེ། བདག་ཏུ་སྒྲོ་འདོགས་པའི་  
 གཞི་གཞན་མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གང་ཞིག་བདག་དོན་གཞན་ཏུ་སྒྲོ་འདོགས་  
 པ་དེ་དག་ཡང་། བདག་ལ་ལུང་པོ་རྟེན་པའམ། ལུང་པོ་ལ་བདག་རྟེན་པ་གཉིས་སུ་  
 གནས་ཏེ། རྣམ་པ་གཞན་སྤྱི་འབྲས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ལུང་པོ་དང་མི་ལྷན་པའི་བདག་སུ་  
 ཡང་ཁས་སྤྲོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྤྲོད་ལུས་མེད་པའི་ཉེས་པ་དང་། ཉེས་པ་ནི་མཐའ་  
 འགོག་པ་ཙམ་ཡིན་གྱི་དེ་ལྷ་བྱ་ཁས་ལེན་པ་ཡོད་ནས་དེ་སྐད་བཤད་པ་ནི་མ་ཡིན་མོ། །

བདག་ལ་ལུང་པོ་བརྟེན་པར་འདོད་པ་དེ་ཡང་། ལུང་པོ་བདག་གི་བྱད་  
 ཚེས་སུ་ལྷན་པར་འཛིན་པ་དང་། ལུང་པོ་བདག་གི་དབང་བསྐྱུར་བྱུང་འཛིན་པ་  
 གཉིས་ཡིན་ལ། དང་པོ་ནི་བདག་གཟུགས་དང་ལྷན་པ་ནས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་  
 ལྷན་པའི་བར་ཏུ་ལྷ་པོ་འདི་ཙམ་ཏུ་ཟད་ལ་ཕྱི་མ་ཡང་གཟུགས་བདག་གི་ཡིན་པ་  
 རྣམ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་བདག་གི་ཡིན་པའི་བར་ལྷ་པོ་འདི་ཙམ་ཏུ་ཟད་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 འཛིན་ཚེས་ལ་ལྷ་བ་ཉེས་བརྟེན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ལུང་པོ་ལ་བདག་ཡོད་  
 མེད་རིགས་པས་དབྱད་ནས་འདུག་པའི་གཞི་ཙན་ཉེས་བྱའམ། འོན་ཏེ་མ་དབྱད་  
 པའི་གཞི་ཙན་ཉེས་བྱ། དེ་ལས་ཅིར་འགྱུར་དང་པོ་ལྷ་བ་ན་འཛིན་ལྷས་ལུང་པོ་  
 བདག་ཏུ་འཛིན་པ་སྤྱི་རིགས་ཏེ་རིགས་པས་དབྱད་ན་ལུང་པོ་ལ་བདག་མེད་པའི་

ཕྱིར། གཉིས་པ་ལྟར་ན་ཡང་ལྟ་བུ་རྣམས་དམིགས་པ་ལ་ཉོག་ཅིང་སྤྱོད་པའི་རྣམ་པ་  
 ཅན་ཡིན་པ་མི་འབྲད་དོ་ཞེ་ན། འཇིག་ལྟ་ནི་ཡུང་པོའི་གནས་ལུགས་ལ་ཚུལ་བཞིན་  
 དུ་མི་དཔྱོད་པར་ངའོ་སྒྲུལ་དུ་འཛིན་པའི་ཕྱིར། མ་དབྱེད་པའི་གཞི་ཅན་ཞེས་བརྗོད་  
 པར་བྱའོ། །དཔེར་ན་ཐག་པ་སྟོགས་པའི་ཚུན་པོ་ལ་དབྱེད་ན་སྒྲུལ་གྱི་སྒྲོ་འཇུག་པའི་  
 གོ་སྐབས་མེད་ཀྱང་། མ་དབྱེད་པར་འདི་སྒྲུལ་ལོ་སྒྲུལ་པའི་སྒྲོ་སྒྲེབ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལྟར་  
 བ་ཉོན་མོངས་པར་རྣམས་བཤད་ཐེན་ཏོ། །

ད་ནི་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་རྣམ་པར་  
 གཏན་ལ་དབབ་པ་བསྒྲུབ་པ་ལས། ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ཀྱི་གནས་གང་ཞེ་ན།  
 དེ་ནི་རྣམ་པ་དགྲུང་ལྟ་བུར་བྱ་སྟེ། འདི་ལྟར་པན་ཚུན་ལྟན་ཅིག་གནས་པ་དང་།  
 གཅིག་ལ་གཅིག་སྤྱོད་བ་དང་། རྟེན་པ་དང་བསྒྲུར་ཏི་དང་། འཆོ་བ་ཉམས་པ་དང་།  
 སྒྲ་མ་ལ་མི་འདུད་པ་དང་མི་བཟོད་པ་དང་། ལྷག་པའི་ཚུལ་བྱིས་པ་ཉམས་པ་དང་།  
 ལྷག་པའི་སེམས་ཉམས་པ་དང་། ལྷག་པའི་ཤེས་རབ་ཉམས་པའོ། །དེ་ལ་ཡང་དང་  
 པོ་དང་། གཉིས་པ་ནི་གནས་དང་པོ་ལས་སྒྲེབ་པར་རིག་པར་བྱའོ། །གསུམ་པ་དང་བཞི་  
 པ་ནི་གནས་གཉིས་པ་ལས་སོ། །ལྔ་པ་དང་དྲུག་པ་ནི་གནས་གསུམ་པ་ལས་སོ། །  
 བདུན་པ་དང་བརྒྱད་པ་ནི་གནས་བཞི་པ་ལས་སོ། །དགུ་པ་ནི་གནས་ལྔ་པ་ལས་སོ། །  
 བརྩ་པ་ནི་གནས་དྲུག་པ་ལས་སོ། །བརྩ་གཅིག་པ་དང་བརྩ་གཉིས་པ་ནི་གནས་བདུན་  
 པ་ལས་སོ། །གཞན་བརྩ་གཉིས་ནི་གནས་གསུམ་གཉིས་ལས་སྒྲེབ་པར་འགྱུར་ཏོ། །

དེ་ལ་ལྷག་པའི་སེམས་དང་། ལྷག་པའི་ཤེས་རབ་ནི་སྒྲོ་གསུམ་གྱི་ཉམས་





ལས་བྱ་དང་པ་ཡིན་ནོ། །

གཅིག་ལ་གཅིག་གླེང་བའི་གཞི་ཅན་གྱི་འཆབ་པ་དང་། འཆོག་པ་གཉིས་ལས། འཆབ་པ་ནི། གྲོགས་ཚངས་པ་མཚུངས་པར་སྒྲིད་པ་གཞན་གྱིས་འདུན་པ་དང་། ཞེ་སྤང་དང་། འཛིགས་པ་ལ་སོགས་པས་ས་ཡིན་པར་དེ་ལ་ཕན་པར་འདོད་པས་ཆེ་དང་ལྡན་པ་ལ་ལྟར་བ་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་བྱུང་གིས་དེ་སྤྲོད་ཆོས་བཞིན་དུ་གྱིས་ཤིག་ཅེས་ལེགས་པར་བསྐྱེལ་བ་ལ་ལྟར་བའི་ཉེས་དམིགས་ལ་སྤོངས་པའི་གཏི་མུག་གི་ཆར་གཏོགས་པ་ཉིད་གྱིས་དེ་ལྟ་བུ་བྱས་པ་མི་དྲན་ནོ་ཞེས་ལྟར་བའི་ཁ་ན་ས་ཐོ་བ་མཚུད་ཅིང་སྤྲོད་པར་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པའོ། །ལྟར་བ་བཅའ་ས་ན་འགྲོད་པར་འགྱུར་བ་འདི་ནི་ཆོས་ཉིད་ཡིན་ལ། འགྲོད་པ་ཡང་ཡིད་མི་བདེ་བ་དང་། མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་ཉིད་གྱིས་བདེ་བ་ལ་རེག་པར་མི་གནས་པའི་རྟེན་བྱེད་པའི་ལས་ཅན་ཡིན་ནོ། །

འཆོག་པ་ནི། བློ་བ་དང་ལཱོན་དུ་འཛིན་པ་མདོན་དུ་འགྲོ་ཞིང་སོང་བ་ན། གང་ལ་བློས་པ་དང་ཁོན་དུ་འཛིན་པ་ཡོད་པའི་གྲོགས་ཚངས་པ་མཚུངས་པར་སྒྲིད་པ་གཞན་གྱིས་སྤྲོ་ས་ལྟར་ལྟར་བ་གླེང་བ་སོགས་བྱས་པ་ན་ཁོང་བློ་བའི་ཆར་གཏོགས་པ་ཉིད་གྱིས་དེ་ཉིད་ལ་སེམས་ཀྱི་ཀུན་ནས་མནར་སེམས་པས་ཆོག་རྩུབ་པོས་སྤྲོད་པ་པོའི་ཡིད་སུན་འབྱེན་པར་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པའོ། །འདི་ས་ནི་གཞན་གྱི་ཞེ་གཅོད་པའི་ཆོག་རྩུབ་པོ་ཀུན་ནས་བརྒྱུང་ཞིང་། དེ་ཡང་དོར་ལྡང་ཞེས་བརྗོད་པ་ཤུགས་དྲག་པ་སྒྲིད་པའི་རྟེན་བྱེད་པའི་ལས་ཅན་དང་། གཞན་གྱིས་ལྟར་

བ་ལས་བསྐྱལ་བ་ན་པ་ཅིག་ནི་སྒོར་ས་པས་ལྷུང་བ་སྤྱོད་པར་བྱེད་ལ། གཞན་དག་  
ནི་ཀུན་ནས་མནར་སེམས་པས་སྤྱར་རྒྱལ་བར་འགྱུར་བས་དེའི་བྱིར་འདི་གཞིས་ནི་  
ལྷུང་བ་སྤྱོད་བའི་གཞི་ཅན་ཞེས་བྱའོ། །བསོད་ནམས་མ་ཡིན་པ་དག་གི་ཞེས་སྤྱོད་  
འཕེལ་བ་དང་དེ་དང་ལྷན་པའི་གང་ཟག་འགྲོགས་པར་དཀའ་བའི་བྱིར། གྲོགས་  
དང་ལྷན་གཅིག་ཏུ་སྤྱོད་པའི་བདེ་བ་ལ་རེག་པར་རེག་པར་མི་གནས་པའི་ལས་ཅན་  
ཡིན་ཅོ། །

རྟེན་པ་དང་བཀུར་སྤྱིའི་གཞི་ཅན་གྱི་ཕྱག་དོག་དང་སེར་སྒྲ་གཞིས་ལས།  
ཕྱག་དོག་ནི་རྟེན་པ་ཡིན་འབུལ་བ་དང་བཀུར་སྤྱི་གདན་འདིངས་པ་སོགས་ལ་  
ཆགས་པས་ཀུན་ནས་སྤྱར་སྟེ། གཞན་གྱི་ཡོངས་སྤྱོད་ལའོར་དང་བྱོས་པ་ལ་སོགས་  
པའི་ཡུན་སྟུང་ཆོགས་པའི་བྱུང་པར་ལ་མི་བཟོད་པར་གྱུར་པ་དང་གི་སེམས་ཁོང་  
ནས་འབྱུགས་པར་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དེ་ཡང་ཞེས་པའི་ཆར་གཏོགས་པ་ཡིན་  
པས་གཏགས་པར་ཡོད་པ་ཡིན་ཅོ། །དེ་ནི་ཡིད་མི་བདེ་བ་དང་མཆུངས་ལྷན་ཡིན་  
པས་ཡིད་མི་བདེ་བ་དང་། དེའི་སྤྱོད་ས་ཀྱིས་བདེ་བ་ལ་རེག་པར་མི་གནས་པའི་  
ལས་ཅན་ཡིན་ཅོ། །

སེར་སྒྲ་ནི་རྟེན་པ་དང་བཀུར་སྤྱི་ལ་ཆགས་པའི་དབང་གིས་བྱས་དང་གོས་  
ལ་སོགས་པ་ཞིང་བར་མཁོ་བའི་ཡོ་བྱད་རྣམས་ལ་དམིགས་ནས་རྣམ་པ་སེམས་ཀྱིས་  
ཀུན་ཏུ་འཛིན་ཅིང་གཏོང་བ་དང་མི་མཐུན་པར་བྱེད་པ་སྟེ། འདོད་ཆགས་ཀྱི་ཆར་  
གཏོགས་པས་བཏགས་པར་ཡོད་པ་ཡིན་ཅོ། །འདིས་ཡོ་བྱད་མི་མཁོ་བ་རྣམས་ཀྱང་



སོག་པའི་བྱིར་ཡོ་བྱད་མ་སྦྱངས་པའི་རྟེན་བྱེད་པའི་ལས་ཅན་ཡིན་ནོ། །རྟེན་པ་དང་  
བཀུར་སྟེ་ལ་དོན་དུ་གཉིས་པ་ཡོད་པ་དག་ལ་ནི་གཉིས་པོ་འདི་དག་ག་དོན་མི་བྱ་  
བར་འབྱུང་སྟེ། འདི་ལྟར། གཞན་གྱི་རྟེན་བཀུར་བྱོབ་པའི་སྟུག་བསྐྱེད་ལ་མི་བཟོད་པ་  
དང་། རང་གི་བྱོབ་བེན་པའི་རྟེན་པ་ལ་ལྟག་པར་ཆགས་པ་གང་ཡིན་པའོ། །དེའི་  
བྱིར་གཉིས་པོ་འདི་དག་ནི་རྟེན་བཀུར་གྱི་གཞི་ཅན་ཞེས་བྱའོ། །

འཆོ་བ་ཉམས་པའི་གཞི་ཅན་གྱི་སྦྱ་དང་། གཡོ་གཉིས་ལ། སྦྱ་ནི་རྟེན་པ་  
དང་བཀུར་སྟེ་ལ་ལྟག་པར་ཆགས་པས་ཀུན་ནས་བསྐྱང་ནས་གཞན་སྦྱ་བའི་བསམ་  
པས་རྒྱུ་ལ་བྱིས་ས་དང་དེ་དེ་འཛིན་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་ལ་  
ཡོད་པ་ལྟར་བཅོས་ནས་ཡོན་ཏན་མ་ཡིན་པ་ལུས་རག་གི་ཀུན་ཏུ་སྦྱོད་པ་བཅོས་མ་  
ཉི་བར་སྟོན་པར་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པའོ། །དེ་ཡང་འདོད་ཆགས་དང་གཏི་མུག་གི་  
ཆར་གཏོགས་པ་ཡིན་ཏེ། རྟེན་བཀུར་ལ་ཆགས་པ་དང་ལོག་འཆོའི་ཉེས་དམིགས་  
ལ་མ་སྦྱོངས་ན། འགའ་ཡང་ལུས་རག་རྒྱུ་ལ་འཆོས་པར་མི་བྱེད་པའི་བྱིར་རོ། །  
འདིས་ནི་ལུས་རག་རྒྱུ་ལ་འཆོས་པས་རྟེན་པའི་མལ་ཆ་ལ་སོགས་པས་ཉི་བར་འཆོ་  
བར་བྱེད་པས་དེའི་བྱིར་ལོག་པས་འཆོ་བའི་རྟེན་བྱེད་པའི་ལས་ཅན་ཡིན་ནོ། །

གཡོ་ནི། རྟེན་བཀུར་ལ་ཆགས་པའི་དབང་གིས། རང་ལ་བྱུང་བའི་ལྟངས་པའི་  
ཉེས་པ་གཞན་གྱིས་སྒྲིབ་པར། དེ་བཅུག་པའི་བྱིར་གཞན་མགོ་སྦྱོངས་པར་བྱེད་པའི་  
ཐབས་གཏམ་གཞན་དང་གཞན་དུ་བསྐྱུར་བ་ལ་སོགས་པས་ཉེས་པ་ཡང་དག་པར་  
སྦྱོང་བར་བྱེད་པ་སྟེ། འདི་ཡང་འདོད་ཆགས་དང་གཏི་མུག་གི་ཆར་གཏོགས་པ་ཡིན་

དེ་རྗེས་བཀུར་ཉམས་ཀྱི་དོགས་པ་དང་། ལྷུང་བའི་ཉེས་དམིགས་ལ་ས་སྤོངས་པ་ན་  
དེ་ལྷུང་གཡོ་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར་མོ། །

འཆབ་པ་ནི་ཉེས་པ་གསལ་བོར་སྤྲུང་བ་ཡིན་ལ། འདི་ནི་སྤྲུང་བའི་  
བྲངས་གཞན་འཛིན་པ་ཡིན་པས་བྲང་དང་དོ། །ཡང་དག་པའི་གདམ་རག་ནི་རྗེས་ན་  
ཚུལ་བཞིན་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་འབྱུང་བ་ཡིན་ལ། བདག་གི་ཚུལ་མི་སྟོན་པ་ནི་དེ་ལྷུང་  
བསྟོན་པའི་སྟོང་ས་ཡིན་པས་དེའི་ཕྱིར། ཡང་དག་པའི་གདམ་རག་རྗེས་པའི་བར་དུ་  
གཅོད་པའི་རྟེན་བྱེད་པའི་ལས་ཅན་ཡིན་མོ། །

སྤྲམ་ལ་མི་འདུད་པའི་གཞི་ཅན་གྱི་རྒྱགས་པ་ནི་ལུས་ལ་ནད་མེད་པ་དང་  
ལང་ཆོ་དར་ལ་བབ་པ་དང་། ཁམས་སྟོམས་པ་ལ་སོགས་པ་ཆེ་རིང་བའི་མཆོན་ས་  
དང་། གཞན་ཡང་གཟུགས་དང་སྟོབས་དང་དབང་ཕྱུག་དང་སྟོང་དང་། ཡིད་གཞུང་  
པ་ལ་སོགས་པ་ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་ལུན་སུམ་ཆོགས་པ་གང་ཡང་རུང་བ་དག་  
སྤོང་ནས་སེམས་རབ་དུ་གཡོ་བར་བྱེད་པའི་དགའ་བ་དང་ཡིད་བདེ་བ་དག་དང་  
སྤྲུངས་པར་ལྷན་པའི་སྤྲེད་པ་སྟེ། འདོད་ཆགས་ཀྱི་ཆར་གཏོགས་པ་ཡིན་མོ། །  
དགའ་བ་དང་། མི་དགེ་བ་ནི་དོན་གཅིག་ཡིན་ཡང་སེམས་དགའ་བར་  
བྱེད་པའི་ཡིད་བདེ་བྱེད་པར་བ་བཟུང་བའི་དོན་དུ་དགའ་བ་དང་ཡིད་བདེ་བ་ཞེས་  
གཉིས་ཀ་སྟོས་པ་ཡིན་མོ། །དགའ་བ་དང་ཡིད་བདེ་བ་ནི་ཆོར་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
འདོད་ཆགས་ཀྱི་ཆར་གཏོགས་པ་མི་རིགས་པས། དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་དང་སྤྲུངས་  
པར་ལྷན་པའི་སྤྲེད་པ་ཉིད་གསུང་བ་ཡིན་མོ། །འདི་དང་ལྷན་ན་ཉོན་སྤོངས་པ་དང་

ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་ཞིང་ཐག་མི་རིང་བའི་བྱིར་འདི་ནི་ཉོན་  
མོངས་པ་དང་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བའི་རྟེན་བྱེད་པའི་ལས་ཅན་  
ཡིན་ཅོ། །

མི་བཟོད་པའི་གཞི་ཅན་གྱི་རྣམ་པར་འཛོལ་ནི་རང་གིས་འཛོལ་བར་བྱེད་  
 པས་སྒྲིང་བཅེ་བ་མེད་པ་དང་། གཞན་འཛོལ་འདུག་པས་སྒྲིང་རྗེ་བ་མེད་པ་དང་།  
 འཛོལ་མཐོང་བ་དགའ་བ་སྒྲེ་བས་རྩེ་བ་མེད་པ་ཞེས་སམ། ཡང་ན་འདི་དག་དོན་  
 གཅིག་པས་སྒྲ་མ་སྒྲ་མ་བྱི་མ་བྱི་མས་བཤད་དོ། །འདིས་ནི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ།  
 བསད་པ་དང་། བཅིང་བ་དང་། བྲེག་པ་དང་སྤྲིག་པ་ལ་སོགས་པ་གཞོད་པ་སྒྲ་  
 ཚོགས་ཀྱི་འཛོལ་བར་བྱེད་པས་དེའི་བྱིར་རྣམ་པར་འབྲོའམས་པའི་རྟེན་བྱེད་པའི་  
 ལས་ཅན་ཡིན་ནོ། །

ལྷག་པའི་ཚུལ་བྱིས་ས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ཉམས་པའི་རྒྱ། རོ་ཚ་མེད་བྲེལ་མེད་པ་  
གཉིས་ལས། རོ་ཚ་མེད་པ་ནི། ལས་དེ་བདག་གི་བྱ་བའི་ཆ་མ་ཡིན་པར་ཤེས་ཀྱང་ཁ་  
ན་མ་བློ་བ་དེས་བདག་ལ་མི་འཛེས་པས་དེ་རོ་ཚ་ཤེས་པའི་མི་མཐུན་བློགས་སུ་གྱུར་  
པའོ། །

གྲེལ་མེད་པ་ནི། ལས་དེ་བྱས་ན་འཛིག་རྟེན་དུ་གྲགས་པ་མ་ཡིན་པ་འབྱུང་  
 བར་གཤམ་གྱིང་། བ་ན་མ་གྲོ་བས་གཞན་ལ་གྲེལ་ལྷས་མི་བྱེད་ཅིང་མི་འཛོམས་པ་གང་ཡིན་  
 པ་ཏེ། གྲེལ་ཡོད་པའི་མི་མཐུན་སྟོགས་སུ་གྱུར་པའོ། །འདི་གཉིས་བྱ་བ་ངན་པ་བསམས་  
 ཅུང་གི་རྒྱར་གྱུར་པའི་དུག་གསུམ་གྱི་རྣམ་པ་ཐི་ལྟར་སྤྱིད་པ་ལ་གདགས་སོ། །



འདོད་ཆགས་དང་ཞེ་སྤང་གཉིས་ཅིག་ཅར་འབྱུང་བ་མི་སྤྱིད་པའི་བྱིར་རོ། །འདི་དག་  
དང་ལྡན་པ་ནི་ཞོན་མོངས་པ་དང་ཞེ་བའི་ཞོན་མོངས་པ་གསལ་ཅན་ཀུན་ཏུ་སྤྱོད་  
པར་འགྱུར་བས་དེའི་བྱིར། འདི་གཉིས་ནི་དེ་དག་ཀུན་གྱི་གྲོགས་ཀྱིང་པའི་ལས་  
ཅན་ཡིན་ཅོ། །

ལྷག་པའི་སེམས་དང་ལྷག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ཅམས་པའི་གཞི་  
ལ་ཡང་གསུམ་ཏེ། ཞིགནས་ཀྱི་མཆོཅ་མ་ཅམས་པའི་སྒྲོ་དང་། རབ་རྩ་འཛིན་པའི་  
མཆོཅ་མ་ཅམས་པའི་སྒྲོ་དང་། བཏང་སྒྲོམས་ཀྱི་མཆོཅ་མ་ཅམས་པའི་སྒྲོའོ། །དང་  
པོ་ནི་ལྷགས་པ་དང་གཉིད་གཉིས་སོ། །གཉིས་པ་ནི་ཚྲོད་པ་དང་འགྱུར་པའོ། །  
གསུམ་པ་ནི་མ་དང་པ་ནས་སྒྲིད་པ་ལ་ལྷག་གི་བར་ལྷག་མ་རྒྱམས་སོ། །དེ་དག་གོ་  
རིམ་བཞིན་རྩ་བཤད་ན་ལྷགས་པ་ནི་དམིགས་པ་ལ་རྟོགས་པ་མི་གསལ་བ་གང་  
གིས་སེམས་སྒྲོར་སྒྲོར་པོར་འགྱུར་ཏེ་དགེ་བའི་ལས་ལ་བགོལ་རྒྱུ་མི་རུང་བར་བྱེད་  
པ་གང་ཡིན་པས་ཏེ། དེ་ཡང་གཏི་ལྷག་གི་ཆར་གཏོགས་པ་ཉིད་ཀྱིས་བཏགས་པར་  
ཡོད་པ་ཡིན་ཅོ། །འདི་ནི་ཉོན་མོངས་པ་དང་ཉེ་བའི་མོངས་པ་ཀུན་དང་མི་མཐུན་པ་  
མེད་པ་དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་ཀུན་གྱི་གྲོགས་བྱེད་པའི་ལས་ཅན་ཡིན་ཅོ། །

གློ་པ་ཅི་སེམས་སྣུག་པའི་ཡུལ་ལ་གཡེངས་པར་བྱེད་པའི་སྒོ་ནས་རྣམ་  
 པར་མ་ཞི་བར་བྱེད་པས་དེ། དེ་ཡང་། སྣུག་པའི་མཆོམ་མ་སྒོ་ན་གློ་པ་དང་།  
 ཅེ་ཅེ་བ་སོགས་པ་རྗེས་སུ་བྱམ་པའི་སྒོ་ནས་དེ་དག་གི་རྗེས་སུ་འཇུག་པའི་འདོད་  
 ཆགས་ཀྱི་ཆར་གཏོགས་པ་ཡིན་ཅོ། །འདིས་སེམས་སྣུག་པའི་ཡུལ་ལ་འཕྲོ་བར་

བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཞིག་ནས་ཀྱི་བར་དུ་གཙོད་པའི་ལས་ཅན་ཡིན་ནོ། །མ་དང་པ་ནི།  
དགེ་བའི་ཚེས་ལས་འབྲས་དང་། དཀོན་མཆོག་དང་། འགོག་ལས་སོགས་ལ་གོ་  
རིམ་བཞིན་སེམས་ཀྱི་ཡིད་མི་ཆེས་པ་དང་། མ་དང་པ་དང་། མི་འདོད་པས་ཏེ།  
དད་པ་གསུམ་གྱི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་སུ་གྱུར་པའོ། །

འདི་ཡང་ལས་འབྲས་སོགས་ལ་སྒོར་ས་པའི་གཏི་མུག་གི་ཆར་གཏོགས་པ་  
ཉིད་ཀྱིས་བཏགས་པར་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །

མ་དང་པ་ནི་མི་འདུན་ཅིང་མི་འདུན་པ་ལ་ཡང་སྒྲོ་བ་མེད་པས་ལེ་ལོའི་རྟེན་  
བྱེད་པའི་ལས་ཅན་ཡིན་ནོ། །ལེ་ལོ་ནི་ཉལ་བ་དང་སྒྲེས་པ་དང་འབྲེས་པའི་བདེ་བ་  
ལ་ཆགས་པ་ལ་རྟེན་ནས་དགེ་བའི་ཚེས་རྣམས་སྐྱབ་པ་ལ་སེམས་མི་སྒྲོ་བར་བྱེད་པ་  
བརྩོན་འགྲུས་ཀྱི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་སུ་གྱུར་པ་དེ། དེ་ཡང་གཏི་མུག་གི་ཆར་གཏོགས་  
པ་ཡིན་ནོ། །འདི་དང་ལྡན་ན་དགེ་བའི་ཕྱོགས་ལ་མི་སྒྲོར་བས་དེའི་ཕྱིར་དགེ་བའི་  
ཕྱོགས་རྣམས་ལ་མི་འདུག་པའི་རྟེན་བྱེད་པའི་ལས་ཅན་ཡིན་ནོ། །

བག་མེད་པ་ནི་གཉེན་པོ་ཟག་བཅས་དང་ཟག་པ་མེད་པའི་དགེ་བའི་ཚེས་  
རྣམས་མི་སྒྲོམ་ཞིང་སྤང་བྱ་གང་ལ་ཉོན་མོངས་པ་དང་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་  
སྒྲེ་བ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་ཚེས་རྣམས་ལ་སེམས་མི་  
བསྐྱར་ཞིང་བག་ཡངས་སུ་གཏོང་བར་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པའོ། །དེ་ཡང་འདོད་ཆགས་  
ལ་སོགས་པ་མི་དགེ་བའི་རྩ་བར་གྱུར་པའི་དུག་གསུམ་ལེ་ལོ་དང་བཅས་པས་མི་  
དགེ་བ་འཕེལ་གྱིང་དགེ་བ་འབྱིབ་པར་བྱེད་པའི་ཆ་ལ་གདགས་སོ། །འདི་ས་ནི་མི་

དགེ་བའི་ཚུལ་མ་སྐྱེས་པ་བསྐྱེད་པ་དང་སྐྱེས་པ་འཕེལ་བ་དང་། དགེ་བའི་ཚུལ་མ་  
སྐྱེས་པ་མི་བསྐྱེད་ཅིང་སྐྱེས་པ་ཉམས་པར་བྱེད་པས་དེའི་སྒྲིམ། མི་དགེ་བ་འཕེལ་བ་  
དང་། དགེ་བ་འགྲིབ་པའི་རྟེན་བྱེད་པའི་ལས་ཅན་ཡིན་ནོ། །

བརྗེད་ངས་པ་ནི་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་དང་མཚུངས་  
 པར་ལྟ་པའི་བྱ་བ་སྟེ། འདིས་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡུལ་ཡང་དང་ཡང་དུ་ཡིད་  
 ལ་བརྗེད་པའི་སྒྲོ་ནས་དགེ་བའི་དམིགས་པ་ལ་སེམས་མི་གསལ་བར་བྱེད་པས་དེའི་  
 སྤྱིར་དགེ་བའི་དམིགས་པ་ལ་སེམས་གཡེང་བའི་རྟེན་བྱེད་པའི་ལས་ཅན་ཡིན་ནོ། །  
 ཤེས་བཞིན་མ་ཡིན་པ་ནི། ཉོན་མོངས་པ་གཏི་མུག་སོགས་དང་མཚུངས་པར་ལྟ་  
 པའི་ཤེས་རབ་ཏེ། དེས་ལུས་དང་རག་དང་སེམས་གྱི་སྦྱོད་པ་འཇུག་པ་དང་། ལྷོག་  
 པ་སོགས་ལ་མི་ཤེས་བཞིན་དུ་འཇུག་པ་སྟེ། བྱ་བ་དང་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་མི་ཤེས་པས་  
 ལྟར་བའི་རྟེན་བྱེད་པའི་ལས་ཅན་ཡིན་ནོ། །

རྣམ་པར་གཡེར་བ་ནི་གང་གིས་སེམས་དག་བའི་དམིགས་པ་ལས་སྤྱི་རོལ་  
 ཉོན་མོངས་པའི་ཡུལ་ལ་འབྱོ་བར་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པ་ཏེ། དེ་ཡང་འདོད་ཆགས་ལ་  
 སོགས་པ་གསུམ་གྱིས་སེམས་དག་བའི་དམིགས་པ་ལ་གཡེར་བར་བྱེད་པའི་ཆ་ལ་  
 གདགས་སོ། །

རྣམ་པར་གཡེང་བ་དེ་ཡང་ངོ་བོ་ཉིད་གྱིས་གཡེང་བ་ལ་སོགས་པ་དུག་  
ཡིན་ལ། དེ་ལ་ངོ་བོ་ཉིད་གྱིས་གཡེང་བ་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཚོགས་ལྟ་བུ་པོ་རྣམས་  
ཏེ་རང་བཞིན་གྱིས་ཁ་སྤྱོད་ལ་རྟུ་ལྟས་པ་ཉིད་གྱིས་ནང་དུ་དམིགས་པ་ལ་མཉམ་



པར་འཛིན་མི་རྣམས་པའི་བྱིར་རོ། །

སྤྱི་རོལ་དུ་གཡེང་བ་ནི་བློས་པ་ལ་སོགས་པའི་དགོ་བ་ལ་ཞུགས་པའི་  
སེམས་དམིགས་པ་དེ་དག་ལས་སྤྱི་རོལ་དུ་གཟུགས་སྒྲུབ་པ་སོགས་པའི་འདོད་པའི་  
ཡོན་ཏན་ལྡེལ་རྣམས་པར་འབྲོ་ཞིང་བྱོགས་པར་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པའོ། །

ནང་གི་གཡེང་བ་ནི་བསམ་གཏན་གྱི་དགོ་བ་ལ་ཞུགས་པ་ན་སེམས་ནང་  
དུ་ཟུགས་གིང་བྱིང་བ་དང་སྤྱི་རོལ་དུ་ཆོད་ཅིང་གཡེང་བ་དང་། ཇི་ལྟར་བློ་བའི་  
བསམ་གཏན་གྱི་བདེ་བ་ལ་རོ་ལྟར་བ་ལ་སོགས་པ་གང་གིས་དགོ་བ་དེ་ཉིད་རྣམས་  
པར་དག་པར་འབྲུང་མི་བྱིན་པར་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པའོ། །

མཚན་པའི་གཡེང་བ་ནི་གཞན་བདག་ཉིད་ལ་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པ་  
སོགས་སུ་ཡིད་ཆེས་པར་གྱུར་ན་ཅི་མ་རུང་སྒྲུལ་པའི་བསམ་པ་སྒྲོན་དུ་བཏང་སྟེ།  
ལུས་ངག་གི་དགོ་བ་ལ་སྒྲོར་བ་དེ། དེ་དང་ལྡན་ན་ཁད་གིས་དགོ་བ་ལ་ཉམས་པར་  
འགྱུར་བའི་བྱིར་དེ་ཡང་གཡེང་བ་ཡིན་ནོ། །

གནས་ངན་ལེན་གྱི་གཡེང་བ་ནི། ངར་འཛིན་པ་ལ་སོགས་པ་གནས་ངན་  
ལེན་རྒྱད་ལ་མ་སྒྲངས་པ་ལ་ཏེན་ནས་བསམ་གཏན་གྱི་དགོ་བ་ལ་ཞུགས་པའི་ཆོར་  
བ་བདེ་བ་ནི་ལྟར་བྱུང་བ་ལ་བདག་གི་རྣམས་པར་ང་ཞེས་སམ། བདག་གི་བའི་རྣམས་  
པར་ངའི་ཞེའམ་ཁེངས་པའི་རྣམས་པར་ངའོ་སྒྲུལ་དུ་བློག་མར་དེ་ལྟར་འཛིན་པ་དང་།  
དེའི་འོག་དུ་དེ་དང་རྒྱད་འདྲེས་པ་དང་ཡང་དང་ཡང་དུ་བཀྲ་བར་བྱེད་པས་མཚན་  
མར་འཛིན་པ་གང་ཡིན་པས་དེ། དེས་ཀྱང་དགོ་བའི་བྱོགས་རྣམས་པར་མ་དག་པར་

བྱེད་པས་རྣམ་གཡེར་ཡིན་ནོ། །

ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་གཡེར་བ་ནི་སྒྲུབ་ཐོབ་ཟིན་པའི་བསམ་གཏན་ལས་  
ལངས་ནས་སྒྲུབ་པའི་སྒྲོམས་པར་འདུག་པ་གཞན་ལ་སྒྲོམས་པར་འདུག་པ་དང་།  
སྒྲུབ་ཞུགས་ཟིན་པའི་རང་གི་བྲེག་པ་དོར་ནས་བྲེག་པ་གཞན་ལ་འདུག་པ་ལ་  
སོགས་པ་མདོར་ན་རྣམ་པ་གཞན་དང་གཞན་ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་དབང་གིས་རང་གི་  
གནས་པ་ལས་སེམས་རྣམ་པར་འབྲོ་བར་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པའོ། །

དེ་ལ་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་དང་། མཆོན་མ་དང་། ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་གཡེར་བ་  
རྣམས་ནི་ཉི་བའི་ཉོན་མོངས་པ་མ་ཡིན་མོད་འོན་ཀྱང་མདོ་ལས་སྒྲུབ་རྣམ་གཡེར་ཙམ་  
དུ་གསུངས་པས་དེའི་བྱིར་དབྱེ་བར་བཞུགས་པ་ཙམ་ཡིན་ནོ། ། རྣམ་པར་གཡེར་བ་ནི་  
ཉིད་དེ་འཛིན་གྱི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཡིན་ལ། ཉིད་དེ་འཛིན་དང་བྲལ་བ་ལ་འདོད་  
ཆགས་དང་བྲལ་བ་མེད་པས་དེའི་བྱིར་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་བར་དུ་གཅོད་  
པའི་ལས་ཡིན་ནོ། །

གཉིད་ནི་གཉིད་ཀྱི་རྒྱ་ཁྱུ་ལས་རྒྱུད་བ་དང་། དལ་བ་དང་། ལུས་ལྷི་བ་དང་།  
མུན་པའི་མཆོན་མ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཉེན་ནས། བརྟན་པ་མ་ཡིན་པའི་  
སེམས་འདུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དུག་མིག་ལ་སོགས་པ་དབང་པོའི་སྒྲོ་ནས་མི་  
འདུག་པར་ནང་དུ་སྒྲུད་པར་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པའོ། །དེ་ཡང་ཉོན་མོངས་ཅན་དག་  
ནི་གཏི་མུག་གི་ཆར་གཏོགས་པ་ཡིན་ལ། དགེ་བ་དང་ལུང་མ་བསྟན་དག་ནི་སེམས་  
པའི་ཤེས་རབ་ཅི་རིགས་པ་ལ་གངགས་སོ། །དེ་ཡང་འཕྲུལ་པའི་བྱེ་བྲག་གིས་དགེ་

བ་དང་མི་དགེ་བ་དང་ལུང་དུ་མ་བསྐྱེད་པ་གསུམ་དུ་ཡང་འགྱུར་ལ། འཇིག་རྟེན་གྱི་  
 བསྐྱེད་གྱི་དབང་གིས་དུས་དང་དུས་མ་ཡིན་པ་གང་ཡིན་པ་གཉིས་སུ་ཡང་འགྱུར་ལ།  
 དབང་པོ་ལ་ཕན་པ་དང་གཞོན་པའི་བྱེ་བྲག་གིས་རིགས་པ་དང་མི་རིགས་པ་གཉིས་  
 སུ་ཡང་འགྱུར་རོ། །དེ་ལ་དུས་ནི། བས་གྱི་གུང་བུན་ལོ། །དུས་མ་ཡིན་པ་ནི་དེ་ལས་  
 གཞན་པའོ། །རིགས་པ་ནི་དུས་དང་དུས་མ་ཡིན་ན་ཡང་ནད་ལ་ཕན་པའམ་དབང་པོ་  
 ལས་སུ་རུང་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལས་གཞན་པ་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་པའོ། །  
 གཉིད་ལ་ཏ་ཅང་སྤེད་པ་ནི་དགེ་བའི་ཕྱོགས་བཅས་ཅད་ལས་ཉམས་པར་འགྱུར་  
 བས་དེའི་ཕྱིར་དེ་བྱ་བ་ཤོར་བའི་རྟེན་བྱེད་པའི་ལས་ཅན་ཡིན་ལོ། །ཡང་ན་འདི་ནི་  
 ཉོན་མོངས་ཅན་དང་ལུང་མ་སྐྱེད་གྱི་བྱེད་ལས་ཡིན་གྱི་དགེ་བས་ནི་མ་ཡིན་ཏེ་རྒྱ་ལ་  
 འབྱོར་སྤོང་བའི་སར། དགེ་སྤོང་དགེ་བའི་ཕྱོགས་ལ་བརྩོན་པའི་དུས་འདུལ་བའི་  
 འབྲས་བུ་ཡོད་པར་འགྱུར་བའི་ཆོས་ནི་དུས་སུ་རན་པར་གཉིད་ལོག་པའོ་ཞེས་  
 གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

འགྱོད་པ་ནི་ལས་དེ་བྱེད་པར་འདོད་པའི་བསམ་པ་སྒྲོན་དུ་བཏང་བའམ།  
 རང་གིས་དེ་ལྟར་མ་བསམས་ཀྱང་གཞན་གྱིས་ནན་གྱིས་བྱེད་དུ་བཅུག་པའམ་ཉོན་  
 མོངས་པ་དང་ཆོར་བའི་ཟིལ་གྱིས་ནོན་ཏེ། བྱ་བ་དགེ་བའམ་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་མི་  
 དགེ་བའི་ལས་བྱས་པ་གང་ཡིན་པ་ལ་དམིགས་ནས་རྒྱུ་པ་བདག་གི་བྱ་བ་རན་པ་  
 དེ་ལྟ་བུ་མ་བྱས་ཀྱང་ཅི་མ་རུང་སྐྱམ་པའི་སྒྲོ་ནས་སེམས་གྱི་ཡིད་ལ་ལྷགས་པ་ནི་མི་  
 དགའ་ཞིང་ཡིད་མི་བདེ་བ་ཡིན་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་ཡིད་མི་བདེ་དང་མཆོངས་པར་ལྷན་



པའི་སེམས་ལས་བྱུང་བའོ། །དེ་ལ་ཉོན་མོངས་ཅན་ནི་གཏི་མུག་གི་ཆར་གཏོགས་  
 ལ་དགེ་བ་དང་ལུང་མ་བསྟན་ནི་སེམས་དཔའ་དང་གེས་རབ་གྱི་ཆ་ལ་གཏགས་སོ། །  
 བྱ་བ་དན་པ་ནི་འགྱུར་བ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་དམིགས་ཏེ་སེམས་སྲི་དགའ་བ་ལ་ཡུལ་གྱི་  
 སྒྲོ་ནས་འགྱུར་བ་ཞེས་བྱའོ། །དགེ་བ་ནི་བྱ་བ་དན་པ་མ་ཡིན་པ་མ་ཡིན་ནས། རི་  
 ལྷར་ན་དེ་ལ་དམིགས་པ་འགྱུར་བ་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ཡང་གང་ཞིག་དེ་བྱས་པ་ལ་སྲི་  
 དགའ་བ་ནི། དེའི་རོན་བྱ་བ་དན་པ་ཡིན་ཏེ། གཞན་དུ་དེ་བྱས་པ་ལ་སྲི་དགའ་བར་  
 རི་ལྷར་འགྱུར། དགེ་བ་མ་བྱས་པ་དང་སྲི་དགེ་བ་བྱས་པ་ལ་འགྱུར་བ་ནི་དགེ་བའོ། །  
 དེ་ལས་སྒྲིག་པ་ནི་སྲི་དགེ་བའོ། །བཟོ་དང་སྒྲིབ་ལས་ལ་སོགས་པའི་བྱ་བ་པལ་པ་  
 འགའ་ཞིག་བྱས་པ་དང་མ་བྱས་པ་ལ་འགྱུར་བ་ནི་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་ཡིན་ཅོ། །ལས་  
 དེ་ཉིད་བྱེད་བཞིན་པའི་གནས་སྐབས་ན་དུས་ཡིན་ཏེ་བཅོས་སུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 ལས་དེ་ཉིད་གྱི་བྱ་བ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་ནས་ནི་དུས་མ་ཡིན་ཏེ། བཅོས་སུ་མེད་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །འོ་ན་ལྷུང་བ་བྱས་པའི་རྩིས་སུ་ཡང་ཆོས་བཞིན་དུ་བྱས་ན་ཕྱིར་བཅོས་སུ་  
 ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནས་ཞེ་ན། དེ་ནི་ཉེས་པ་ལས་ལྷུང་བ་ཅུ་མ་ཡིན་གྱི་བྱས་ཟིན་ལས་དེ་  
 ཉིད་སྒྲུབ་ལྷོག་པ་ནི་མ་ཡིན་ཅོ། །གནས་ལ་འགྱུར་བ་ནི་རིགས་པ་ཡིན་ཅོ། །གནས་  
 མ་ཡིན་པ་ལ་འགྱུར་བ་ནི་སྲི་རིགས་པ་ཡིན་ཅོ། །སེམས་གནས་པའི་བར་དུ་གཅོད་  
 པའི་ལས་ཅན་ཞེས་པ་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ཅོ། །ཞེས་འགྲེལ་  
 པས་འཆད་པ་ནི་རིགས་པར་མ་སྒྲོང་སྟེ། འདི་ནི་དགེ་འཕེལ་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གང་  
 ཡིན་ཡང་དུང་གི་འདི་དང་ལྷན་པ་དག་ནི་སེམས་དམིགས་པ་ལ་བྱུང་བ་ཅན་གཏད་

པར་མི་ནུས་ཏེ། ཡིད་མི་བདེ་བའི་དབང་གིས་སེམས་ཀུན་ཏུ་གཡོ་ཞིང་ཡེང་ཡེང་  
ཕོར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །དཔེར་ན་མ་སྒྲིམ་དགུས་འཚམས་སེད་པའི་ལས་བྱས་  
པས་འགྲོད་པར་གྱུར་པ་ན་ངི་སྤྱིད་འགྲོད་པ་དེ་མ་བསལ་གྱི་བར་དུ་སེམས་རྣལ་དུ་ས་  
གནས་པ་བཞིན་རོ། །དེའི་ཕྱིར་འདི་ནི་ཀུན་གྱི་བྱེད་ལས་ཡིན་པར་རིགས་སོ། །

རྟོག་པའི་ངོ་བོ་ནི་རག་ཀུན་ནས་སྟོང་བར་བྱེད་པའི་སེམས་པའམ་ཤེས་  
རབ་ལ་བརྟེན་ནས་གང་ཟག་དང་ཚོས་གྱི་ངོ་བོའི་བྱེད་པར་ལ་དམིགས་ནས་རྣམ་པ་  
འདི་ཅི་ཞེས་ཀུན་ཏུ་ཚོལ་བར་བྱེད་པས་ཏེ། འདིས་རག་ཀུན་ནས་སྟོང་བར་བྱེད་  
པས་ན་ཡིད་གྱི་བརྟོན་པ་ཡིན་ལ། དེ་ནི་རགས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་ཡིན་པས་སེམས་  
ཕྱིར་བ་ཞེས་བྱའོ། །

སྟོན་པའི་ལུས་ཀྱང་སྤྲུལ་བཤད་པའི་སེམས་དབང་དང་ཤེས་རབ་ཡིན་ལ།  
དམིགས་པ་ནི་རྟོག་པས་རྩ་ལ་བའི་གང་ཟག་ཚོས་གྱི་ངོ་བོ་དང་བྱེད་པར་དེ་ཅིང་ལ།  
རྣམ་པ་ནི་འདི་ནི་འདིའོ་ཞེས་ངེས་པའི་རྣམ་པས་སོ་སོར་རྟོག་ཅིང་འཇལ་བའི་རྣམ་  
པ་ཅན་གྱི་ཡིད་གྱི་བརྟོན་པ་གང་ཡིན་པ་ཏེ། དེ་ནི། རྟོག་པ་ལ་ལྟོས་ནས་སྤྲ་བའི་  
རྣམ་པ་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་སེམས་ཞིབ་པ་ཞེས་བྱའོ། །

འདི་དག་དང་ལྡན་པའི་སེམས་དག་ལ་གོ་ངེས་བཞིན་དུ། སེམས་ཕྱིར་བ་  
དང་། ཞིབ་པ་ཞེས་བྱའི་འདི་དག་གི་ངོ་བོ་སེམས་ཕྱིར་ཞིབ་གྱི་རང་བཞིན་ནི་མ་ཡིན་ཏེ།  
དེ་དག་སེམས་བྱུང་མ་ཡིན་པར་བཤམ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་བྱེ་བཤད་དུ་ཡང་།  
བར་འགའ་སེམས་དང་སེམས་པ་ལ། རྟོག་པར་གདགས་ལ་ཞེས་བཤད་པ་ཡང་མི་

འབྲང་དེ། རྟོག་དཔྱེད་གཉིས་ཀྱི་ལུས་ནི་སེམས་པ་དང་ཤེས་རབ་གཉིས་སུ་གཞུང་  
 རྣམས་ལས་བཤད་པའི་བྱིར་ཏེ། རི་སྐད་དུ་རྣལ་འབྱོར་སྒྲིབ་པའི་ས་ལས་ཀྱང་།  
 རྟོག་པ་དང་དཔྱེད་པའི་ལུས་གང་ཞེན། རྟོག་པ་དང་དཔྱེད་པ་རྣམས་དམིགས་པ་ལ་  
 མངོན་པར་མི་རྟོག་པ་ནི་སེམས་པའི་ལུས་ཡིན་ལ། རྟོག་པ་དང་དཔྱེད་པ་རྣམས་  
 དམིགས་པ་ལ་མངོན་པར་རྟོག་པ་ནི་ཤེས་པའི་ལུས་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ། །ཞེས་  
 གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །རྟོག་པ་དང་དཔྱེད་པ་འདི་གཉིས་ནི་རྣམ་པ་འགལ་བའི་བྱིར་  
 སེམས་གཅིག་གི་འཁོར་དུ་ལྷན་ཅིག་ཏུ་འབྱུང་བ་ནི་མེད་ཀྱི་འོན་ཀྱང་ཐོག་མར་ནི་  
 ཚོལ་བའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་རྟོག་པ་སྒྲིབ་པ་དེའི་འོག་ཏུ་ངེས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་དཔྱེད་  
 པ་སྒྲིབ་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་བྱིར་དཔྱེད་པ་ནི་རྟོག་པ་སྒྲིབ་པ་འགྲོ་བ་ཅན་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་  
 ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གང་ཞིག་རྟོག་པ་དང་མཚུངས་པར་ལྷན་པ་དེ་ལ་ནི་ཚོལ་  
 པ་པ་ཞེས་བྱ་ལ། གང་ཞིག་དཔྱེད་པ་དང་མཚུངས་པར་ལྷན་པ་དེ་ལ་ནི་ངེས་པ་ཞེས་  
 བྱའོ། །

གང་ཡང་རྟོག་པ་དག་ལ་གྲགས་པའི་རྟོག་པ་ནི། ཤེས་གང་གང་ལ་སྒྲུ་དོན་  
 འཛིན། །དེ་ནི་དེ་ལ་རྟོག་པ་ཡིན། །ཞེས་པ་ལྟར་སྒྲུ་དོན་འབྲས་པར་འཛིན་པའི་  
 མཚན་ཉིད་ཅན་དུ་བཤད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ནི་འདིར་བཤད་པའི་རྟོག་དཔྱེད་གཉིས་ཀ་  
 དང་གཞན་ཡང་རྒྱལ་ལ་སོགས་པ་རྟོག་ཅིང་འཇལ་བའི་རྣམ་པ་ཅན་ཀུན་ལ་བྱབ་  
 པ་ཡིན་ནོ། །འདིར་བཤད་པའི་རྟོག་དཔྱེད་ཀྱི་ངེས་པ་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། གང་རྟོག་པ་  
 དང་དཔྱེད་པ་ཡིན་པ་དེ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཡང་དེ་ཡིན་ནམ་ཞེན། ཚིག་སྡུ་ས་དང་



སྤྱར་རོ། །རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཡིན་ལ། རྟོག་པ་དང་དབྱེད་པ་མ་ཡིན་པ་ཡོད་དོ། །དེ་གཉིས་  
ལས་གཞན་པའི་ཁམས་གསུམ་གྱི་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་སོ། །དེ་  
དག་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པའང་ཡོད་དོ། །འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཡེ་ཤེས་རྣམས་  
ཡིན་ནོ། །རྟོག་དབྱེད་འདི་དག་གི་དམིགས་པ་ནི་མིང་དང་ཚིག་དང་ཡི་གེའི་ཚོགས་  
རྣམས་དང་། དེ་དག་གི་བརྗོད་པར་བྱ་བའི་དོན་རྣམས་ཡིན་ནོ། །

དེ་དག་གི་དབྱེ་བ་ནི་བདུན་ཏེ། འདི་ལྟར་མཆོན་མ་དང་བཅས་པ་དང་།  
མཆོན་མ་མེད་པ་དང་། རང་གི་རང་གིས་འཇུག་པ་དང་། ཚོལ་བ་པ་དང་། སོ་སོར་  
རྟོག་པ་དང་། ཉོན་མོངས་ཅན་དང་། ཉོན་མོངས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་  
པའོ། །དང་པོ་ནི་འདས་པའི་དོན་ལ་རྟོག་པ་དང་། ག་སྟངས་ལ་མཁས་པའི་རྣམ་པར་  
རྟོག་པོ། །གཉིས་པ་ནི་མ་འོངས་པ་དང་། ག་སྟངས་ལ་མི་མཁས་པའི་རྟོག་པའོ། །  
གསུམ་པ་ནི་ད་ལྟར་བའི་ཡུལ་ལ་རྟོག་པའོ། །བཞི་པ་ནི་ཚོས་རྣམས་གྱི་རོ་བོ་དང་  
ཁྱད་པར་ལ་ཚོལ་ཞིང་དབྱེད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་ནོ། །ལྔ་པ་ནི་དེ་ཉིད་ལ་སོ་སོར་རྟོག་  
ཅིང་དབྱེད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་ནོ། །དུག་པ་ནི་ཉོན་མོངས་དང་། ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་  
རྣམས་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་རྟོག་པ་རྣམས་སོ། །བདུན་པ་ནི་དང་བ་ལ་  
སོགས་པའི་དགེ་བའི་ཚོས་རྣམས་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པ་དང་མ་སྒྲིབས་ལ་ལུང་  
མ་བསྟན་རྣམས་དང་མཚུངས་པ་ལྡན་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་གང་ཡིན་པའོ། །རྟོག་  
པ་དང་དབྱེད་པའི་བྱེད་པའི་ལས་ནི་གང་ཞིག་ཡིད་བདེ་བ་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་  
པས་དེས་ནི་བདེ་བ་ལ་རེག་པར་གནས་པའི་རྟེན་བྱེད་ལ། ཡིད་མི་བདེ་བ་དང་

སུའྲུང་ས་པར་ལྷན་པ་དེས་ནི་བདེ་བ་ལ་རིག་པར་སི་གནས་པའི་ཉེན་བྱེད་པའི་ལས་  
ཅན་ཡིན་ནོ། །

དགེ་བ་དང་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་བྱེད་ལས་གཞན་ཡང་སྟོན་པར་བྱེད་པ་ནི་  
ཡང་དང་པ་ལ་སོགས་དགེ་བའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་ལས་ནི་སྒྲུབ་བཞུག་པ་དེ་ཅུམ་དུ་མ་  
ཟད་གྱི་རང་གི་སི་སུམ་པའི་ཕྱོགས་ས་དང་པ་ལ་སོགས་པ་སྟོང་བར་བྱེད་པའི་  
ལས་ཅན་ཡང་ཡིན། འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་དང་བློ་བ་  
ལ་སོགས་པའི་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ཀྱི་ལས་ནི་རང་གི་གཉེན་པོ་ལ་ཆགས་  
པ་དང་བུམས་པ་ལ་སོགས་པ་སྟེ་བའི་བར་དུ་གཅོད་པའི་ལས་ཅན་ཡིན་ནོ། །སེམས་  
དང་སུའྲུང་ས་པར་ལྷན་པའི་འདུ་བྱེད་གྱི་ཡུང་པོ་རྣམས་རྒྱས་པར་བཤད་ཅིན་ནོ། །

ད་ནི་སེམས་དང་ལྷན་པ་ས་ཡིན་པའི་འདུ་བྱེད་ལུས་པས་དེ་བཤད་པར་  
བཞེད་ནས། སེམས་དང་ལྷན་པ་ས་ཡིན་པའི་འདུ་བྱེད་རྣམས་གང་ཞེ་ན་ཞེས་དྲིས་  
པའོ། །ཆོས་གང་གཟུགས་དང་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་གནས་སྐབས་ལ་  
བཏགས་པ་གནས་སྐབས་ཅན་ལས་ཡང་དག་པར་དེ་ཉིད་དང་གཞན་གང་དུ་ཡང་  
བཟོད་དུ་མེད་པས་རིགས་པའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་འདི་ཞེས་བསྟན་སི་རུས་ལ་བྲ་  
སྟོང་གྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་དེ་ཉོགས་པར་བྱ་བ་གང་ཡིན་པ་ནི་ལྷན་པ་ས་ཡིན་པའི་  
འདུ་བྱེད་ཅེས་བཤད་པའོ། །འདི་ནི་ཡང་དག་པར་རྗེས་སུ་ཡོད་པ་ཡང་ས་ཡིན་དེ། སེམས་  
དང་སེམས་ལ་བྱུང་བ་བཞིན་དུ་རང་རིག་པས་ཀྱང་ས་ཀྱབ་ལ། གཟུགས་སྐྱེ་ལ་  
སོགས་པ་བཞིན་དུ་དབང་པོས་ཀྱང་ས་དམིགས་གྱི། མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་

བཞིན་དུ་འབྲས་བུའི་སྒོ་ནས་ཀྱང་རྗེས་སུ་དཔག་པར་མི་རྒྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅི་སྟེ་  
གཟུགས་དང་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་དག་ལས་གཞན་དུ་མེད་ཀྱི་འོན་ཀྱང་  
གང་ཞིག་གཟུགས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ཡིན་པ་དེ་ནི་གཟུགས་ཡིན། སེམས་དང་  
སེམས་ལས་བྱུང་བའི་གནས་སྐབས་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ཀྱང་དེ་དང་དེ་ཡིན་ལོ། །  
གནས་སྐབས་དང་གནས་སྐབས་ཅན་གཅིག་དུ་རྟོག་པ་འདི་ནི་བཟང་པོ་མ་ཡིན་ཏེ།  
གནས་སྐབས་ཅན་དུ་མ་ལ་བདག་ས་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱང་དུ་མར་ཐལ་བའི་  
གནས་སྐབས་ཅན་གཅིག་ལ་བདག་ས་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱང་གཅིག་དུ་ཐལ་བར་  
འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཡང་འདི་ལྟར་བྱ་རྒྱུ་ཆེར་དུ་དངར་བ་ན་བྱའི་སྤང་བ་གཅིག་  
ཞེས་ཐ་སྟོད་འདོགས་པ་ཡིན་ལ། གང་གི་ཆེ་གནས་སྐབས་དང་གནས་སྐབས་ཅན་  
ཅིག་ཡིན་པ་དེའི་ཆེ། དེ་ལ་གནས་སྐབས་ཅན་དུ་མ་ཡོད་པ་ལྟར་གནས་སྐབས་བྱའི་  
སྤང་བ་ཡང་དུ་མ་ཡོད་པར་འགྱུར་ལ། བྱ་རེ་རེ་བ་དག་ལ་ཡང་སྤང་བའི་སྒོ་འཇུག་  
པར་འགྱུར་ཏེ་དེ་དག་རེ་རེ་ཡང་གནས་སྐབས་སྤང་བ་དང་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཞན་ཡང་རིལ་བུ་གཅིག་ཉིད་གཅིག་གི་ཤོད་མིག་དུ་བཞག་པ་ན་གཅིག་  
ཞེས་པའི་གྲངས་སུ་འགྲོ་ལ། དེ་བཞིན་དུ། བཅུ་དང་། བརྒྱ་དང་། ལྷོང་ལ་སོགས་  
པའི་ཤོད་མིག་དུ་བཞག་པ་ན་ཡང་གྲངས་དེ་དང་དེའི་སྒོ་འབྱུང་བ་ཡིན་ལ། གང་གི་  
ཆེ་གནས་སྐབས་དང་གནས་སྐབས་ཅན་གཅིག་པ་དེའི་ཆེ་གནས་སྐབས་ཅན་རིལ་  
བུ་གཅིག་ཡིན་པ་ལྟར་གནས་སྐབས་གཅིག་དང་། བཅུ་ལ་སོགས་པའི་གྲངས་ཀྱང་  
གཅིག་ཉིད་དུ་ཉ་ཅང་ཐལ་ཆེས་པ་ཡིན་ལོ། །དེ་ལྟར་ན་སྤང་བ་དང་གྲངས་ལ་



སོགས་པ་གནས་སྐབས་ལ་བཏགས་པའི་ཆོས་འདི་དག་གནས་སྐབས་ཅན་ལས་  
གཅིག་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པ་འདི་ལེགས་པར་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །འདི་དག་རང་གི་  
གནས་སྐབས་ཅན་ལས་ཡང་དག་པར་ན་ཐ་སྙད་དུ་ཡང་མེད་དེ། འདི་ལྟར་རིལ་བུ་དེ་  
ཉིད་ཅིག་གི་ཤོད་མིག་དུ་བཞག་དེ། གཅིག་ཅེས་པའི་གྲངས་སུ་འགྲོ་བ་དེའི་ཆེ་  
གཅིག་ཅེས་པའི་གྲངས་དོན་གཞན་རིལ་བུ་ལ་བྱད་པར་གྱི་ཆོས་སུ་ལྷན་པ་ཡིན་ན།  
དེ་ལྟར་གཅིག་དང་ལྷན་པའི་རིལ་བུ་བརྗོད་པར་འགྱུར་གྱི་རིལ་བུ་གཅིག་གོ་ཅེས་  
བརྗོད་པར་མི་འགྱུར་དེ། དབྱུག་པ་བྱེད་ཆོས་སུ་ལྷན་པའི་སྐྱེས་བུ་ལ་ནི་སྐྱེས་བུ་  
དབྱུག་པ་ཅན་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱེད་གྱི་སྐྱེས་བུ་དབྱུག་པ་ཅེས་བརྗོད་པ་མཐོང་བ་  
མེད་དོ། །གཞན་ཡང་གྲངས་དང་ཕྱེད་བ་ལ་སོགས་པ་དག་ནི་རང་གི་གནས་སྐབས་  
ཅན་དག་ལས་ཐ་དད་པར་མཛོན་སུམ་གྱིས་མ་མཐོང་ཞིང་རྣམ་པ་འགའ་ཞིག་ལས་  
རྗེས་སུ་དཔག་པར་རྣམ་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་ན་འདི་དག་ནི་རང་གི་གནས་སྐབས་ཅན་དག་ལས་ཡང་དག་པར་  
ན་གཅིག་དང་ཐ་དད་པ་གང་དུ་ཡང་མ་གྲུབ་མོད། འོན་ཀྱང་ཐ་སྙད་གྱི་རྗེས་སུ་  
འབྱང་བ་དག་གིས་ནི་གྲངས་ལ་སོགས་པའི་ཐ་སྙད་འདོགས་པར་བྱེད་ཅིང་། དེ་  
དག་གྱང་ཡོད་པར་ཐ་སྙད་བྱེད་པས་དེའི་སྦྱར་ཀུན་རྫོབ་དུ་ཡོད་པའི་བཏགས་པར་  
ཡོད་པ་ཞེས་བུ་འོ། །ཅི་སྟེ་བཏགས་པར་ཡོད་པ་ཅུ་མ་ཞིག་ཡིན་གྱི་ཡང་དག་པར་  
མེད་ན་སོ་སོར་བཏགས་པའི་འགོག་པ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་འདུས་མ་བུས་པར་  
རྗེ་ལྟར་མི་འགྱུར་གང་གིས་མི་ལྷན་པའི་འདུ་བྱེད་རྣམས་སུང་པོར་བཞག་ཅི་ན།

ཡང་དག་པར་ན་རྒྱ་དང་རྒྱུན་ལས་མ་སྐྱེས་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཀྱང་ཐོབ་པ་དང་གྲངས་དང་  
 ཡུལ་དང་ཕྱོགས་དང་དུས་ལ་སོགས་པ་ལྷན་པ་མ་ཡིན་པར་བཞག་པའི་ཚེས་འདི་  
 དག་ནི་གཟུགས་སམ་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་རང་བཞིན་གྱི་འདུས་བྱས་ཁོ་ན་ལ་  
 གདགས་གྱི་འདུས་མ་བྱས་དག་ལ་ནི་མ་ཡིན་པས་དེའི་ཕྱིར་མི་ལྷན་པའི་འདུ་བྱེད་  
 ནི་འདུས་བྱས་སུ་བཞག་གི་འདུས་མ་བྱས་སུ་ནི་མ་ཡིན་ལོ། །དེ་ལྟར་ན་ཐོབ་པ་དང་  
 འདུ་ཤེས་མེད་པའི་སྟོམས་འདུག་དང་ཞེས་པ་ནས། ཡུལ་དང་། གྲངས་དང་།  
 ཚོགས་པ་དང་། ཞེས་པའི་བར་གྱི་ལྷན་པ་མ་ཡིན་པའི་འདུ་བྱེད་གྱི་ཚེས་འདི་རྣམས་  
 ནི་གནས་སྐབས་ལ་གདགས་པའི་ཕྱིར། ཐམས་ཅད་ཀྱང་བཏགས་པའི་ཡོད་པར་  
 རིག་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་དགེ་བ་ལ་སོགས་པའི་འཕེལ་བ་དང་འགྲིབ་པའི་གནས་  
 སྐབས་ལ་ནི་ཐོབ་པ་གདགས་སོ། །

སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་རེ་ཞིག་མི་འབྱུང་བའི་གནས་སྐབས་ལ་ནི་  
 འདུ་ཤེས་མེད་པའི་སྟོམས་འདུག་དང་། འགོག་པའི་སྟོམས་པར་འདུག་པ་དང་།  
 འདུ་ཤེས་མེད་པ་རྣམས་གདགས་སོ། །རིགས་མཐུན་གནས་པའི་གནས་སྐབས་ལ་ནི།  
 སྟོག་གི་དབང་པོ་གདགས་སོ། །འདྲ་བའི་གནས་སྐབས་ལ་ནི་རིགས་མཐུན་པ་  
 གདགས་སོ། །མཚན་ཉིད་གྱི་གནས་སྐབས་ལ་ནི་སྐྱེ་བ་ནས་མི་རྟག་པའི་བར་བཞི་  
 པོ་གདགས་སོ། །ཐ་སྙད་གྱི་གནས་སྐབས་ལ་ནི་མིང་གི་ཚོགས་ལ་སོགས་པ་གསུམ་  
 པོ་གདགས་སོ། །ལ་རྟེན་པའི་གནས་སྐབས་ལ་ནི་སོ་སོ་སྐྱེ་པོ་གདགས་སོ། །རྒྱ་དང་  
 འབྲས་བུའི་གནས་སྐབས་ལ་ནི་འདུག་པ་ནས་ཚོགས་པའི་བར་དགུ་པོ་རྣམས་

གངགས་སོ། །དེ་ལ་ཐོབ་པ་ནས་སོ་སོ་སྒྲེ་བོའི་བར་ནི་སེམས་ཅན་དུ་བགྲངས་པའི་  
འདུས་བྱས་ཁོ་ན་ལ་གངགས་སོ། །ལྷག་མ་རྣམས་ནི་འདུས་བྱས་སྒྲི་ལ་གངགས་  
པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །འདི་རྣམས་ནི་རེ་རེ་ཞིང་གནས་དང་། རོ་བོ་ཉིད་དང་།  
བརྟགས་པས་བཤད་པར་རིག་པར་བྱའོ། །

དེ་ལ་ཐོབ་པའི་གནས་ནི་དད་པ་ལ་སོགས་པ་དགེ་བ་དང་། ཆགས་  
སོགས་མི་དགེ་བ་དང་བཟོ་དང་སྒྲིད་ལམ་སོགས་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པའི་ཆོས་རྒྱད་ཀྱི་  
བསྟུས་པ་རྣམས་ཡིན་ཏེ། ཕྱི་རོལ་གྱི་ས་རྩོལ་སོགས་པ་ལ་ནི་ཐོབ་པ་དང་ལྷན་པ་ལ་  
སོགས་པ་མི་རུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །སྒྲེ་བོ་ཀུན་གྱི་བྱམ་མོང་བ་ཡིན་པས་འདི་ནི་འདི་ལ་  
ལྷན་ནོ་ཞེས་པའི་ངེས་པ་མི་འབྲད་པའི་ཕྱིར་རོ། །སོ་སོར་བརྟགས་པ་དང་།  
བརྟགས་པ་མ་ཡིན་པའི་འགོག་པ་ནི་རང་གི་རོ་བོ་སེམས་ཅན་དུ་བགྲང་བ་མ་ཡིན་  
ཡང་འདི་རྣམ་པར་བཞག་པ་ནི་སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱད་དུ་གཏོགས་པ་ཁོ་ན་སྒྲོམ་དུ་འགྲོ་  
བ་ཅན་ཡིན་པས་འདི་ལ་ཡང་ཐོབ་པ་སོགས་ཀྱི་བྱ་སྒྲུད་འབྲད་པ་ཡིན་ནོ། །རོ་བོ་ནི་  
ཆོས་དེ་དག་འཕེལ་བ་མངོན་དུ་གྱུར་པ་དང་འགྲིབ་པ་མངོན་དུ་མ་གྱུར་གྱུར་སྒྲེ་བས་  
ཐོག་པ་རྣམས་ཀུན་དུ་མ་རྩལ་བར་འབྱུང་རུང་དང་། སྒྲིལ་བ་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་  
རྒྱུན་གྱིས་རྩལ་ན་འབྱུང་རུང་རྣམས་པའི་རོ་བོར་གནས་པ་ལ་གངགས་པ་ནི་ཐོབ་པ་  
དང་རྟེན་པ་དང་ལྷན་པ་ཞེས་གངགས་སོ། །

དེ་ལ་ཐོབ་པ་ནི་སྒྲིའི་སྒྲི་ཡིན་ལ། སྒྲོམ་མ་ཐོབ་པ་ཐོག་མ་ཉིད་དུ་ཐོབ་པ་ནི་  
རྟེན་པ་ཡིན་ལ། རྟེན་པ་རྣམས་སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་སོགས་སུ་ཡང་དག་པར་རྗེས་སུ་



འགྲོ་བ་ནི་ལྷན་པའོ། །ཡང་ན་གསུམ་ཀ་ཡང་དོན་གཅིག་ལ་རྣམ་གྲངས་ཀྱི་སྒྲུབ་  
 སྒྲུབ་རོ། །ཐོབ་པ་དེ་ཡང་ས་བོན་དང་དབང་དང་། མངོན་གྱུར་དུ་ལྷན་པ་དང་།  
 གསུམ་དུ་དབྱེའོ། །ཐོབ་པ་དེ་ཡང་བཏགས་པའི་ཡོད་པ་ཡིན་གྱི་རྫས་སུ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ།  
 རྣམ་པར་གཏན་ལ་དབབ་པར་བསྐྱས་པར། གལ་ཏེ་ཐོབ་པ་རྫས་སུ་ཡོད་པར་གྱུར་ན།  
 དེ་འདྲུ་བྱེད་རྣམས་ཀྱི་འབྱུང་བའི་རྒྱུའམ། ཡང་ན་ཆོས་དང་མི་འབྲལ་བར་འགྱུར་  
 བའི་རྒྱུར་འགྱུར་གྲང་ན་གལ་ཏེ་འདྲུ་བྱེད་རྣམས་ཀྱི་འབྱུང་བའི་རྒྱུར་གྱུར་ན་ནི། དེས་  
 རི་སྤྱིད་དུ་ཆོས་དེ་ཐོབ་པར་མ་གྱུར་པའི་སྤྱོད་ལ་ན། དེ་འབྱུང་བའི་རྒྱ་ཐོབ་པ་ཡང་  
 མེད་པས། རྣམ་ཡང་འབྱུང་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་དེ་གཏན་མི་ཐོབ་པ་ཉིད་དུ་  
 འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་ཆོས་དང་མི་འབྲལ་བའི་རྒྱུར་འགྱུར་ན་ནི། དེས་ན་དགེ་བ་དང་།  
 མི་དགེ་བ་དང་། ལུང་དུ་མ་བསྐྱེད་པའི་ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐོབ་པ་མགོ་  
 མཉམ་དུ་ཡོད་པས། མི་མཐུན་པ་དེ་དག་ཀྱང་མགོ་མཉམ་དུ་ཀུན་འབྱུང་བར་འགྱུར་ཏེ།  
 དེ་ལྟ་བུས་ན་གཉིས་ཀ་ཡང་མི་རུང་རོ། །ཞེས་གང་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །འདྲུ་ཤེས་  
 མེད་པའི་སྒྲོམས་འཇུག་ནི་ས་དང་། ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་། གནས་དང་། རོ་བོ་ཉིད་  
 དང་། བཏགས་པས་རིག་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་ས་ནི། དགེ་རྒྱས་བསམ་གཏན་གསུམ་  
 པའི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་ལ་དེའི་སྤྱིང་མ་བསམ་གཏན་བཞི་པའི་འདོད་ཆགས་  
 དང་མ་བྲལ་བས་བཞི་པའི་སར་གཏོགས་པ་ཡིན་ནོ། །

ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ནི། འདྲུ་ཤེས་མེད་པའི་སེམས་ཅན་ལ་བརྟག་པ་དང་།  
 བདེ་བ་སྤྲོ་ན་མེད་པའི་ཐར་པ་དང་། འདྲུ་ཤེས་མེད་པའི་སྒྲོམས་འཇུག་ལ་དེ་ཐོབ་

བྱེད་ཀྱི་བྱ་ར་པའི་ལས་དུ་བསམས་ནས་འདི་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་པས་དེའི་ཕྱིར་  
འཁོར་བ་ལ་ངེས་པར་འབྱུང་བའི་འདུ་ཤེས་སྟོན་དུ་བཏང་བའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པས་  
ཞེས་སྟོས་སོ། །གནས་ནི་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་ཆོས་བརྟན་པ་མ་ཡིན་  
པ་འཇུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མཆོངས་ལྡན་དང་བཅས་པ་རྣམས་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་  
འདི་དག་ནི་སེམས་མེད་པའི་གནས་སྐབས་བསམས་ཅད་དུ་མི་འབྱུང་ཞིང་། སེམས་  
དང་བཅས་པའི་གནས་སྐབས་ན་ཡང་ངེས་འགའ་མི་འབྱུང་བས་དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་  
ནི་བརྟན་པ་མ་ཡིན་པ་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་ཞེས་བྱའོ། །རྩོམ་པ་ལྟེན་པ་  
རྣམས་འགོག་པ་སྟེ། སྟོམས་པར་འཇུག་པར་བྱེད་པའི་སེམས་ཀྱིས་སེམས་དང་  
སེམས་ལས་བྱུང་བ་བརྟན་པ་མ་ཡིན་པ་རྣམས་རེ་ཞིག་སྟེ་བ་དང་མི་མཐུན་པར་བྱས་  
པའི་སྟོམས་པར་འཇུག་པའི་ལུས་ཀྱི་གནས་སྐབས་གང་ཡིན་པའོ། །

གངགས་པ་ནི་དེ་ཉིད་ལ། འདུ་ཤེས་མེད་པའི་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་ཞེས་  
བ་སྟངས་དུ་གདགས་སོ། །འདི་ཡང་བཏགས་པའི་ཡིད་པ་ཡིན་གྱི་རྩ་ས་སུ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ།  
དེ་ལྟར། གང་གིས་ཆོགས་དུག་འགོག་པར་བྱེད་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་ཡང་འདུ་ཤེས་  
མེད་པའི་སྟོམས་འཇུག་ཅེས་བྱ་བར་མི་རིགས་ཏེ། འདུ་ཤེས་རགས་པ་དང་བཅས་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །གང་དུ་ཆོགས་དུག་འཁོར་དང་བཅས་པ་འགོག་པ་བཞི་སྟོམས་པར་  
འཇུག་པ་པོའི་ལུས་ཀྱང་དེ་ཡིན་པར་མི་རིགས་ཏེ། ལུས་ནི་རྣམ་སྟོན་གྱི་སྟུང་པས་  
ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་ཡིན་ལ་སྟོམས་འཇུག་དགོ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་  
ཀུན་གཞི་དང་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་ཀྱང་ཡིན་པར་མི་རིགས་སོ། །རྣམ་པ་དེ་

དག་ལས་གཞན་པ་ཡང་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་པོ་ལ་རྫས་སུ་ཡོད་པར་ས་དམིགས་སོ། །

ཅི་སྟེ་ཚོགས་དུག་མི་སྟེ་བ་ཙམ་དེ་ཉིད་འདུག་མེད་པའི་སྟོམས་འཇུག་  
 ཅེས་པའི་རྫས་ཡིན་ཏེ། འདིས་མ་འོངས་པའི་ཚོགས་དུག་སྟེ་བ་ལ་གོགས་བྱེད་པའི་  
 བྱིར། དཔེར་ན་རྩ་ལོན་བཞིན་ནོ་ཞེན། དེའི་འབྲས་བུ་དང་རོ་བོ་གང་ཡང་ཆད་མས་  
 མ་དམིགས་ན་འདི་ཡོད་ཞེས་གང་ལས་ཁོང་དུ་རྩད་པར་བྱ། ཅི་སྟེ་དེ་མེད་པ་ཡིན་ན།  
 གནས་སྐབས་དེ་ན་འཇུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྟེ་བར་རིགས་པ་ལས་མི་སྟེ་བའི་  
 བྱིར་དེ་དག་སྟེ་བ་ལ་གོགས་བྱེད་པ་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེན་འཇུག་པའི་རྣམ་ཤེས་མི་  
 སྟེ་བ་དེ་ཉིད་རྫས་སུ་ཡོད་པར་སྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་ན་ཇི་ལྟར་ན་དེ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་ཉིད་  
 འབྱུང་པར་འབྱུར་ཏེ། སྐྱབ་བྱ་དང་སྐྱབ་བྱེད་མཚུངས་པའི་བྱིར་རོ། །གཞན་ཡང་  
 འཇུག་ཤེས་མི་སྟེ་བ་ཙམ་ནི་དེ་དག་སྟེ་བའི་གོགས་བྱེད་པའང་མ་ཡིན་གྱི། འོན་ཀྱང་  
 སྟོམས་པར་འཇུག་པར་བྱེད་པའི་སེམས་ཀྱིས་རེ་ཞིག་འཇུག་ཤེས་སྟེ་བ་དང་མི་  
 མཐུན་པར་སྟེད་པའི་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་པོའི་ལུས་དེ་ཉིད་འཇུག་ཤེས་སྟེ་བ་ལ་  
 གོགས་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་འདུག་མེད་པའི་སྟོམས་འཇུག་ནི་རྫས་སུ་  
 མེད་པ་ཡིན་ལ། གང་ཟག་འདི་ནི་འདུག་མེད་པའི་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་ལ་  
 གནས་སོ་ཞེས། སྟོམས་པར་འཇུག་པ་དེ་བློ་བ་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་ཡོད་  
 བས་བཏགས་པ་ཙམ་དུ་ཡང་མེད་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །

ཚུལ་འདི་འགོག་པའི་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་དང་། འདུག་མེད་པ་ཡང་  
 རིག་པར་བྱའོ། །འདུག་མེད་པའི་སྟོམས་འཇུག་ཅེས་པ་འདི་ལ་གང་ཟག་གང་གི་



ཁམས་གང་དུ་སེམས་ཀྱི་རྣམ་པ་རིམ་བུ་སྟོམས་པར་འདུག་པར་བྱེད་ཅི་ན་གང་  
 ཟག་ནི་སོ་སོ་སྐྱེ་བོ་ལོག་པས་ཆངས་པར་སྐྱོད་པ་ཆོལ་བ་ལ་ཞུགས་པ་ཡིན་ཏེ། བར་  
 པ་དང་བར་པའི་བརས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ལ་ཞུགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །རི་སྐད་སྐྱེ་བ་  
 ལས། འདུ་ཤེས་མེད་པའི་སྟོམས་པར་འདུག་པ་ལ་ནི་སྟོབ་པ་ཡང་སྟོམས་པར་མི་  
 འདུག་ལ། མི་སྟོབ་པ་ཡང་མི་འདུག་གོ། ཅིའི་ཕྱིར་ཞེས། དེ་ལ་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་  
 སྐྱོད་པ་མེད་ལ་དེའི་གོང་ན་ཆེས་ཞི་བའི་གནས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། སྐྱེ་བ་དེ་ནི་  
 དགོ་བའི་ཆོས་མ་ཐོབ་པ་རྣམས་ཐོབ་པར་བྱ་བ་ལ་སྐྱེ་བའི་གནས་ཡིན་ཅོ་ཞེས་  
 བཤད་པ་ཡིན་ཅོ། །ཁམས་ནི་དང་པོར་འདོད་ཁམས་ཀྱི་ལྷ་ལམ་མིའི་རྟེན་ལ་སྐྱོད་  
 པར་བྱེད་ལ། དེའི་འོག་ཏུ་གཟུགས་ཀྱི་ཁམས་སུ་རྣམ་པར་སྦྱིན་པ་ཉམས་སུ་སྦྱོར་  
 པར་འགྱུར་རོ། །རི་སྐད་རྣམ་པར་གཏན་ལ་དབབ་པ་བསྐྱེད་པར། གང་ཟག་ལ་ནི་སོ་  
 སོ་སྐྱེ་བོའི་རྒྱད་དུ་གཏོགས་པའོ། །སྐྱེ་བ་ལས་ནི་དང་པོ་འདོར་སྐྱོད་ཅིང་། དེའི་འོག་ཏུ་  
 གཟུགས་ཀྱི་ཁམས་སུ་བསམ་གཏན་བཞི་པ་ལ་འབྲས་བུ་ལས་སྦྱོར་པར་འགྱུར་རོ། །  
 ཞེས་བཤད་པ་ཡིན་ཅོ། །རྣམ་པ་ནི་བསམ་གཏན་བཞི་པའི་སེམས་ལ་རྟེན་ནས་འདུ་  
 ཤེས་ནི་ནད་དང་འབྲས་དང་ཟུག་རྩའོ། །འདུ་ཤེས་མེད་པ་ནི་ཞི་བ་གྱུ་ཅོམ་པ་ཞེས་  
 འདུ་ཤེས་སུན་འབྱེན་པའི་རྣམ་པ་ཅན་ཡིན་ཅོ། །

འགོག་པའི་སྟོམས་པར་འདུག་པ་ཡང་ས་དང་། ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་།  
 གནས་དང་། རོ་བོ་དང་། གདགས་པ་ལྷས་བསྟན་ཏེ། དེ་ལ་ས་ནི། ཅི་ཡང་མེད་  
 པའི་སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་ལ་སྤྱིད་པའི་རྩེ་མོ་ལས་གྱེན་དུ་བསྐྱོད་

པའི་ཞེས་པས་སྤྱད་ཅེ་འི་ས་པ་དང་། དེ་ཡང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཤེས་རབ་  
 དང་ལྡན་པར་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། སྤྱད་ཅེ་འི་སེམས་མ་ཐོབ་པ་ལ་ཅི་ཡང་ལས་འདོད་  
 ཆགས་དང་བྲལ་བ་མེད་ཅིང་། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་མ་ཐོབ་པ་ལ་སྤྱད་  
 ཅེ་ལས་གྱེན་དུ་བསྐྱོད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་  
 ཐོབ་པ་ནི་སྤྱད་ཅེ་ལས་གྱེན་དུ་བསྐྱོད་པ་ཡིན་ཏེ། དེས་སྤྱད་ཅེ་འི་མཐོང་སྤང་སྒྲིམ་  
 སྤང་ཅི་རིགས་པ་བཅོམ་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྤྱད་པའི་ཅེ་མོ་ལ་གྱེན་དུ་བསྐྱོད་ཅིས་པ་  
 ཅུམ་ཞིག་སྒྲིམ་གྱི་དེ་ལ་འདོད་ཆགས་དང་མ་བྲལ་བ་ཞེ་འདུ། བྲལ་བ་ཞེས་མི་སྒྲིམ་  
 པ་ནི་དགྲ་བཅོམ་འགའ་ཞིག་ཀྱང་འདི་ལ་སྒྲིམས་པར་འཇུག་པས་དེའི་ཕྱིར་དེ་ལ་  
 འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་ཞེས་མ་སྒྲིམ་ལ། ཕྱིར་མི་འོང་སྤྱད་ཅེ་ལས་འདོད་ཆགས་མ་  
 བྲལ་བ་འགའ་ཞིག་ཀྱང་སྒྲིམས་པར་འཇུག་པས། དེའི་ཕྱིར་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་  
 བ་ཞེས་ཀྱང་མ་སྒྲིམ་སོ། །སྤྱད་ཅེ་འི་སེམས་ཐོབ་པའི་སོ་སོ་སྐྱེ་བོ་འགའ་ཞིག་ཅི་ཡང་  
 མེད་པ་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་ཡང་འདི་ལ་སྒྲིམས་པར་འཇུག་མི་རུས་པས།  
 དེའི་ཕྱིར་སྤྱད་པའི་ཅེ་མོ་ལས་གྱེན་དུ་བསྐྱོད་པ་ཞེས་སྒྲིམ་ལ། འཕགས་པ་འགའ་  
 ཞིག་སྤྱད་ཅེ་ལས་གྱེན་དུ་བསྐྱོད་ཀྱང་འདི་ལ་སྒྲིམས་པར་འཇུག་མི་རུས་པས་དེའི་  
 ཕྱིར་ཅི་ཡང་མེད་པའི་སྐྱེ་མཆེད་གྱི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ཞེས་སྒྲིམ་པ་ཡིན་ནོ། །  
 དེ་ལྟར་ན་ཅི་ཡང་མེད་པའི་སྐྱེ་མཆེད་གྱི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་ལ། སྤྱད་པའི་ཅེ་མོ་  
 ལས་གྱེན་དུ་བསྐྱོད་པ་ཞེས་པའི་ཆོག་འདི་གཉིས་གྱི་ནི་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་འགོག་པ་  
 ལ་སྒྲིམས་པར་འཇུག་པའི་གང་ཟག་ལ་ཞི་གནས་བྱུང་པར་ཅན་དང་ལྷག་མཐོང་

ཁྱད་པར་ཅན་གཉིས་དང་ལྷན་དགོས་པར་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་ཞི་གནས་ཁྱད་  
 པར་ཅན་ནི་སྤྱད་པའི་རྩེ་མོའི་སེམས་ཡིན་ཏེ། འཇིག་རྟེན་པའི་གནས་པ་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་མཆོག་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །ལྷག་མཐོང་ཁྱད་པར་ཅན་ནི་འཇིག་རྟེན་ལས་  
 འདས་པའི་ཤེས་རབ་ཏེ། ཁམས་གསུམ་གྱི་ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་སྤྱོད་པར་བྱེད་  
 པའི་བྱིར་རོ། །ཅིའི་བྱིར་འགོག་པ་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་ལ་ཞི་གནས་ཁྱད་པར་  
 ཅན་སྤྱད་རྩེའི་སེམས་ལ་རྟེན་ཅེ་ན། དེ་ལས་གཞན་པའི་སེམས་རྣམས་ནི་ཆོར་བ་  
 དང་འདུ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་བ་ཆེས་གསལ་པའི་བྱིར་དེ་དག་འགོག་པ་དང་མི་མཐུན་པ་ཡིན་  
 ལ་སྤྱད་རྩེ་ནི་འདུ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་བ་མི་གསལ་པའི་བྱིར་དེ་དག་འགོག་པ་དང་རྗེས་སུ་  
 མཐུན་ཅིང་སྒྲ་བའི་བྱིར་རོ། །ཅིའི་བྱིར་ལྷག་མཐོང་ཁྱད་པར་ཅན་འཇིག་རྟེན་ལས་  
 འདས་པའི་ཤེས་རབ་ལ་རྟེན་དགོས་ཞེ་ན། བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་  
 མི་ལྡན་ན། བདག་ཆད་ཀྱི་དོགས་པའི་འཇིགས་པ་དང་བཅས་པས་ཉོན་མོངས་པ་  
 ཅན་གྱི་ཡིད་འཁོར་དང་བཅས་པ་དགག་པར་མི་རུས་ལ། དེ་མ་བཞག་པར་འདུ་  
 ཤེས་དང་ཆོར་བ་རགས་པ་མ་ལུས་པ་བཞག་པའི་འཕགས་པའི་གནས་པ་མཆོག་ཏུ་  
 མི་འགྱུར་བའི་བྱིར་རོ། །

དེ་ལྟར་ན། མདོ་ལས། འགོག་པ་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་པས་ནི་ཆོས་  
 གཉིས་བཅེས་སུ་བྱ་སྟེ། གཉིས་གང་ཞེ་ན་ཞི་གནས་དང་། ལྷག་མཐོང་རོ་ཞེས་  
 གསུངས་པའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་ཆོག་གཉིས་པོ་འདི་སྟོས་པ་ཡིན་ནོ། །ཡིད་ལ་  
 བྱེད་པ་ནི་འཕགས་པ་རྣམས་འདུ་ཤེས་དང་ཆོར་བ་རགས་པས་ཡོངས་སུ་སྒྲིབ་པར་



གྲུར་པ་ན། འདུ་ཤེས་དང་ཚེར་བ་རགས་པ་མ་ལུས་པ་བཀག་པའི་གནས་པ་མཚོག་ལ་གནས་པར་བྱའོ་སྒྲམ་པས་འདི་ལ་སྒྲོམས་པར་འདུག་གི་ལའོར་བ་ལས་ངེས་པར་འབྱུང་བའི་འདུ་ཤེས་ཀྱིས་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལ་ནི། སྤྲིད་པའི་རྩེ་མོའི་སེམས་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲོམས་པར་འདུག་ལ། སྤྲིད་རྩེ་ཡང་འཛིག་རྟེན་པ་ཡིན་པས་སྤྲིད་པ་ལས་ངེས་པར་འབྱུང་མི་རུས་པའི་ཕྱིར་དང་། འཕགས་པ་རྣམས་ལ་འདུ་ཤེས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་མི་མངའ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་ནི་བར་གནས་པའི་འདུ་ཤེས་སྒྲོན་དུ་བཏང་བའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པས་ཞེས་སྒྲོས་སོ། །འདི་ཡང་འཕགས་པ་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་གྱི། བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ནི་གཞན་དོན་དུ་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་རྩ་ལ་སྦྱང་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དང་། སྦྱངས་ཟེན་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་རྩ་ལ་གཞན་ལ་བསྟན་པ་སོགས་ཀྱི་དོན་དུ་སྒྲོམས་པར་འདུག་ལ། སངས་རྒྱས་ནི་སྒྲོན་གྱི་སྒྲོན་ལམ་གྱི་འཕེན་པའི་དབང་གི་འགོག་པ་ལ་ཞུགས་པ་དང་བཞེངས་པ་ལ་སོགས་པ་གདུལ་བྱ་རྣམས་ལ་སྦྱང་བ་ཙམ་ཡིན་ནོ། །གནས་ནི་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་ཚེས་བརྟན་པ་མ་ཡིན་པ་ཚོགས་དུག་ལའོར་དང་བཅས་པ་རྣམས་ཏེ། དེ་དག་ནི་འདོད་པ་དང་གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་པའི་ཁམས་རྣམས་སུ་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་དུག་དང་བཞི་དང་། གཅིག་རྣམས་འགོག་པ་ཡིན་ནོ། །

ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་མི་སྒྲོབ་པའི་ས་དང་ཕྱིར་མི་ལྷོག་པའི་ས་མ་ཐོབ་བར་དུ་སྐད་ཅིག་ཀྱང་རྒྱུན་མི་འཆད་པར་འབྱུང་ཞིང་། ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་

ཡིད་ཀྱང་། ས་གནིས་པོ་དེ་དང་། འགོག་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་  
 ལམ་ལ་སྟོམས་པར་ཞུགས་པ་མ་གཏོགས་ཟག་བཅས་སྟོད་པ་ཐམས་ཅད་དུ་འབྱུང་  
 བས་དེའི་ཕྱིར་འདི་གནིས་ལ་བརྟན་པ་ཞེས་བྱ་ལ། བརྟན་པ་དེ་དག་ལས་ཀྱང་ཁ་  
 ཅིག་ཞོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་འཁོར་དང་བཅས་པ་རྣམས་སོ། །མི་སྟོབ་པ་སོགས་  
 སྟོམས་པར་འཇུག་པ་ལ་ནི་ཞོན་མོངས་ཡིད་ཀྱང་མེད་དོ། །རྩོམ་མི་ཆོགས་བརྟན་  
 འཁོར་དང་བཅས་པ་འགོག་པ་གང་ཡིན་པ་སྟེ། སྟོམས་པར་འཇུག་པར་བྱེད་པའི་  
 སེམས་ཀྱིས་ཆོགས་བརྟན་འཁོར་དང་བཅས་པ་སྟེ་བ་དང་མི་མཐུན་པར་བྱས་པའི་  
 སྟོམས་པར་འཇུག་པ་པོའི་ལུས་ཀྱི་གནས་སྐབས་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ལ་གདགས་  
 པ་ནི། འགོག་པའི་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་ཞེས་གདགས་ཀྱི་རྫས་སུ་ནི་མེད་དོ། །

བྱེ་བཤད་དུ་སྟོམས་པར་འཇུག་པའི་སེམས་ཀྱི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་  
 པ་ལ་ས་བོན་ཉམས་པར་བྱས་པའི་གནས་སྐབས་ལ་གདགས་པར་བཤད་པ་ལྟར་ན།  
 གདགས་གཞིའི་ཀུན་གཞི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མ་རྟོགས་པ་ན། དེ་ལ་གདགས་པའི་  
 འགོག་པའི་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་ཡང་མི་རྟོགས་པས་དགེ་སྟོང་འདི་ནི་འགོག་པ་ལ་  
 སྟོམས་པར་ཞུགས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སོགས་ཀྱི་བྱ་སྟངས་རྣམ་པ་ཀུན་དུ་མི་འབྲང་པར་  
 འགྱུར་རོ། །འདི་ལ་ཡང་གང་ཟག་གིས་ཁམས་གང་དུ་རྣམ་པ་རྗེ་འདྲ་བས་སྟོམས་  
 པར་འཇུག་པར་བྱེད་ཅི་ན། གང་ཟག་ནི་གཏན་ལ་དབབ་པ་བསྟུ་བར། དེ་ལ་སྟོབ་  
 པ་ཕྱིར་མི་འོང་བ་ལུས་ཀྱིས་མཛོན་སུམ་དུ་བྱེད་པ་དང་མི་སྟོབ་པ་གནིས་གའི་ཆ་  
 ལས་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ཡང་སྟོམས་པར་འཇུག་གོ །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དང་།

བྱང་རྒྱུ་པ་མེས་ས་དཔའ་འཕགས་པ་དག་གྱང་སྟོམས་པར་འདུག་གོ། །ཁམས་ཡང་དེ་  
 ཉིད་ལས། སྐྱེ་བ་ལས་ནི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམ་པར་ས་བཞག་ན་ནི་དང་  
 བོ་འདིར་བསྐྱེད་ཅིང་གཟུགས་ཀྱི་ཁམས་སུ་མངོན་དུ་བྱེད་དེ། མངོན་དུ་བྱེད་པ་དེ་ནི་  
 གཟུགས་ལ་རག་ལས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམ་པར་བཞག་  
 ན་ནི་མངོན་དུ་བྱེད་པ་ཐམས་ཅད་དུ་འགྲོ་བར་ལྷ་བར་བྱའོ། །ཞེས་ས་སྐྱེས་པ་སྐྱེ་  
 བའི་རྟེན་འདོད་པ་དང་། སྐྱེས་ཟེན་གནས་པའི་རྟེན་ཁམས་གསུམ་ག་ཡིན་པར་  
 བཤད་ཅིང་། འདི་ཉིད་དུ་གཟུགས་མེད་དུ་འདི་མངོན་དུ་མི་བྱེད་པར་གསུངས་སོ། །

དེ་དག་ནི་ཀུན་གཞི་རྣམ་པར་བཞག་པ་དང་ས་བཞག་པའི་དབང་དུ་བྱས་  
 པས་མི་འགལ་ལོ་ཞེས་པ་ནི་འགྲིག་པར་ས་མཐོང་སྟེ། འདིར་གཟུགས་མེད་དུ་འདི་  
 མངོན་དུ་མི་བྱེད་པའི་སྒྲུབ་བྱེད། ཞི་བའི་རྣམ་པར་གམ་པའི་རྣམ་པར་སྦྲོན་པས་  
 གནས་པ་རྣམས་ནི་དེ་ལ་འབད་པའི་རྩོམ་པ་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་  
 ཀྱི་གཟུགས་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་ས་གསུངས་ལ། བསྐྱ་བའི་དགོངས་པ་ཀུན་གཞི་  
 མེད་ན་འདི་མངོན་དུ་བྱེད་པ་གཟུགས་ཁོ་ན་ལ་རག་ལས་ཤིང་། གཟུགས་མེད་ན་  
 གཟུགས་མེད་པའི་ཕྱིར་སྦྲུམ་པ་ཡིན་ཅོ། །དེ་བས་ན་ཀུན་གཞི་རྣམ་པར་བཞག་པ་  
 ལའང་གཟུགས་མེད་དུ་འདི་མངོན་དུ་བྱེད་པ་དང་། མི་བྱེད་པའི་བཤད་པའི་རྣམ་  
 གྲངས་གཉིས་མཛད་པར་མངོན་པ་ཡིན་ཅོ། །རྣམ་པ་ནི་ཚོར་བ་དང་འདུ་ཤེས་  
 རྣམས་ནད་དང་འབྲས་དང་བྱུག་རྩའི་རྣམ་པར་བྱས་ནས་འགོག་པ་ཡིན་ཅོ། །

དེ་ལ་འདིར་ཁ་ཅིག་མདོ་ལས་བྱང་རྒྱུ་པ་མེས་ས་དཔའ་འགོག་པའི་ཉིང་དེ་



འཛིན་འདི་ལ་རྟེན་ནས་ཆོར་བ་གསུམ་དང་འདུག་གསུམ་རྒྱུན་གཅིད་པར་བྱེད་དོ། །  
 ཞེས་གསུངས་པས་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་བྱུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ལུགས་ཀྱིས་འགོག་པའི་  
 སྟོམས་པར་འཇུག་པ་ནི་འཛིན་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་རྣམ་པར་མི་རྟོག་  
 པའི་རང་བཞིན་ཡིན་ལ། དེ་སེམས་མེད་པ་དང་ལྷན་མིན་འདུ་བྱེད་སོགས་སུ་  
 བཤད་པ་ནི་ཉན་ཐོས་སྡེ་པ་དག་གི་ལུགས་ཡིན་ཞེས་ལོག་པའི་སྒྲུབ་བྱེད་དུ་མ་དང་  
 བཅས་ཏེ་སྒྲུབ་པར་བྱེད་དོ། །འདི་ལ་སྒྲུབ་པར་བྱ་སྟེ། འགོག་པའི་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་  
 ལྷན་མིན་འདུ་བྱེད་དུ་བཤད་པ་སྟེ་པ་དག་གི་ལུགས་སོ་ཞེས་པ་འདི་ཅི་སྟེ་པ་དེ་དག་  
 གི་འདོད་པ་འདི་འབྲད་པ་དང་ལྷན་པ་ཞིག་གསུམ་འོན་ཏེ་འབྲད་པ་མེད་བཞིན་དུ་  
 སྟོས་སྟོ་བཏགས་པ་ཞིག་ཡིན། བྱོགས་དང་པོ་ལྟར་ན་འགོག་པའི་སྟོམས་འཇུག་མི་  
 ལྷན་པའི་འདུ་བྱེད་ཡིན་ལོ། །ཞེས་པ་འདི་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་པའི་སྒྲུབ་དཔོན་ཐོགས་  
 མེད་སྒྲུ་མཆེད་ལ་སོགས་པ་དག་གྱུར་ཅིའི་ཕྱིར་མི་བཞེད་སྒྲུབ་དཔོན་དེ་དག་གྱུར་དེ་  
 ལྟར་བཞེད་ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལུགས་ལ་འགོག་པའི་སྟོམས་འཇུག་ཏིང་ངེ་འཛིན་  
 ཡིན་ལ་ལྷན་མིན་དུ་འདོད་པ་སྟེ་པའི་ལུགས་སོ་ཞེས་པ་འདི་དཔྱེད་པ་དང་ལྷན་པ་  
 བྱེད་ཀྱིས་གང་ནས་རྟོན། གལ་ཏེ་འབྲད་པ་དང་ལྷན་ཡང་སྟེ་པ་དེ་དག་གི་འདོད་པ་  
 ནི་སྒྲུབ་དཔོན་དེ་དག་གི་བཞེད་པ་མ་ཡིན་ལོ་ཞེས། གཞན་གྱི་འདོད་པ་ནི་རིགས་པ་  
 དང་ལྷན་ཡང་ཁོ་བོ་ཅག་ཁས་མི་ལེན་ལོ་ཞེས་པ་འདི་ནི་གང་ཟག་ལ་སྒྲུབ་པར་བྱས་  
 པ་ཡིན་པས། རིགས་པ་སྒྲུབ་དག་གི་རྒྱལ་མ་ཡིན་ལོ། །

བྱོགས་གཉིས་པ་ལྟར་ན་ཇི་ལྟར་སྟེ་པ་དག་གིས་ཀུན་ནས་བཏགས་པ་

རྣམ་པར་རིག་བྱེད་མ་ཡིན་པའི་གཟུགས་དང་། ཐོབ་པ་དང་འདས་པ་དང་མ་འོངས་  
 པ་རྗེས་སུ་གྲུབ་པར་འདོད་པ་ལ་དགག་པ་མཛད་པ་བཞིན་དུ་འདི་ལ་ཡང་ལུང་  
 རིགས་པའི་སྒྲོ་ནས་འགོག་པར་རིགས་ན་ཅིའི་ཕྱིར་མ་མཛད། ཅིས་སྟེ་འགོག་པའི་  
 སྒྲོ་མས་འཇུག་ལྷན་མིན་ཡིན་པ་ལ་ལུང་རིགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་དགག་པ་བྱས་པའི་བྲེག་  
 པ་ཆེན་པོའི་གཞུང་ལུགས་ཡོད་ན་གཟུགས་རྒྱ་དང་ལྷན་པ་བྱེད་ཀྱིས་སྟོན་ཅིག །ཁོ་  
 བོས་ནི་བྱམས་པ་ཐོག་མེད་དབྱིག་གཉིན་དང་བཅས་པའི་གཞུང་ལ་འདི་བཀག་པ་  
 ཅུང་ཟད་ཀྱང་མ་མཐོང་ངོ་། །སྒྲུ་སྒྲུབ་ཡབ་སྐུ་རྗེས་འབྲང་དང་བཅས་པའི་གཞུང་  
 རྣམས་ན་ཡང་། འདི་ལ་བྱེ་བྲག་ཏུ་དགག་པ་བྱས་པ་ཡང་མ་མཐོང་ངོ་། །

ཅི་སྟེ། མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་ལས་འགོག་པ་བཅས་པའི་སྒྲོ་མས་  
 འཇུག་དགུར། ཞེས་སོགས་ཐོད་རྒྱལ་གྱི་ཏིང་ངེ་འཛིན་དུ་གསུངས་པ་མ་ཡིན་ནམ།  
 ཞེ་ན། དེ་ལྟ་ན། འདོད་པར་རྟོགས་པའི་རྣམ་པར་ཤེས། །མཉམ་བཞག་མིན་པའི་  
 མཚམས་བཟུང་ནས། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་འདོད་སེམས་ཀྱང་སྒྲོ་མས་འཇུག་ཏུ་  
 འདོད་པར་གྱིས་ཤིག །ཅི་སྟེ་དེ་ནི་སྒྲོ་མས་པར་འཇུག་པ་པོ་འཕྲོ་བ་ལ་དེར་བཏགས་  
 པ་ཅུ་མ་མོ། །ཞེ་ན། དེ་ལྟར་ན་ཡང་འགོག་པ་ཡང་སྒྲོ་མས་པར་འཇུག་པའི་འབྲས་བུ་  
 ཡིན་པས་སམ། ཡང་ན་དེ་ལ་གནས་པ་པོའི་ལུས་ཀྱི་འབྲུང་བ་ཆ་སྒྲོ་མས་པར་གནས་  
 པ་ཅུ་མ་ལ་སྒྲོ་མས་པར་འཇུག་པ་ཞེས་བྱའི་དམིགས་རྣམ་འཛིན་པའི་སྒྲོ་མས་འཇུག་  
 མ་ཡིན་ཞེས་བཤད་པ་ལ་ཉེས་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད། ཡང་བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་མཐུན་ཆོད་  
 མེད་དང་། ཞེས་པར་ཟག་མེད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྟེ་ཆོན་དུ་བཤད་པའི་ཕྱིར་རོ་སྒྲུ་མ་ན་

ཡང་། རིགས་པ་ས་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་འཛིན་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཐུ་ལས་  
 བྱུང་བའི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པས་དེའི་སྤྱིར་དེ་དག་གི་ནང་དུ་བཤད་པ་ཙམ་ཡིན་ཅོ། །ཅི་  
 རྟེན་འགོག་སྟོམས་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ན། གཞུང་འདི་ཉིད་དུ། སྟོམས་  
 པ་མེད་པའི་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ནི། ཡིད་ལ་བྱེད་པ་མེད་པས་ས་ཡིན། ཡང་དག་  
 པར་འདས་པ་ས་ཡིན། རྣམ་པར་ཞི་བས་ས་ཡིན། རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་ས་ཡིན།  
 དམིགས་པ་ལ་མཛོན་པར་འདུ་བྱེད་པས་ས་ཡིན་པར་ལྟ་སྟེ། འོན་ཀྱང་དམིགས་པ་  
 མཛོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་མེད་པར་ལྟ་ལོ། །ཞེས་དང་དེའི་འབྲེལ་པར། རི་སྟེ་རྣམ་པར་  
 ཞི་བས་དེ་སྐད་ཅིས་བྱ་ན། དེས་ན་འདུ་ཤེས་དང་ཚོར་བ་འགོག་པའི་ཉོམས་པར་  
 འདུག་པ་ཡང་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ཏེ། དེར་སེམས་དང་སེམས་ལས་  
 བྱུང་བའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་རྣམ་པར་ཞི་བའི་སྤྱིར་རོ། །དེའི་སྤྱིར་ཤེས་པ་མེད་པར་  
 འགྱུར་རོ་ཞེས་བཤད་ཅིང་། དེ་དག་དང་མཐུན་པར་གྲེག་བསྟུས་ཅུ་འབྲེལ་རྣམས་  
 སུ་ཡང་འགོག་སྟོམས་མི་རྟོག་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པ་འགོག་པ་ཡང་ཅི་ཞིག་ཡིན་ཅིང་། དེ་  
 བས་ན་འདི་ནི་རང་གི་གཟུ་ལུམས་འབའ་ཞིག་ཡིན་གྱི་ལུང་དང་རིགས་པའི་ཤེས་  
 བྱེད་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་དོ། །

གཞན་ཡང་འདི་མི་རྟོག་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ཡིན་ན་འདི་ལ་གནས་པའི་ཆོ་  
 ཡིད་ཀྱི་ཤེས་པ་ཁས་ལེན་དགོས་པ་དེ་ལྟ་ན་སུམ་ཅུ་པར་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་འབྱུང་བ་ནི།  
 ཏག་ཏུ་འདུ་ཤེས་མེད་པ་དང་། །སྟོམས་པར་འདུག་པ་རྣམས་གཉིས་དང་། །སེམས་  
 མེད་གཉིད་དང་བརྒྱལ་ས་གཏོགས། །ཞེས་འགོག་པ་དང་། འདུ་ཤེས་མེད་པའི་



སྟོམས་འཇུག་དང་། འདུག་ཤེས་མེད་པ་བ་དང་། སེམས་མེད་པའི་གཉིད་དང་།  
 བརྒྱལ་བ་སྟེ་སྐབས་ལྷ་པོ་འདི་དག་ཏུ་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་མི་འབྱུང་བར་གསུངས་པ་  
 དང་ཅིའི་ཕྱིར་མི་འགལ། ལུགས་ངན་པ་འདི་ནི་འཕགས་པའི་ཡུལ་དུ་ཡང་བྱེ་བྲག་  
 ཏུ་སྒྲ་བའི་བཙུན་པ་དབྱིག་བཤེས་ཞེས་བྱ་བ་འདོད་པ་བྱུང་མོད་ཀྱི་དེ་ནི་སྟོབ་དཔོན་  
 ཐོགས་མེད་ཀྱིས་བྲེག་པ་ཆེན་པོ་བསྐྱུས་པར་བཀག་ཅིང་། དེ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་  
 པར། སྟོབ་དཔོན་དབྱིག་གཉིན་ཀྱིས་ལས་བསྐྱབ་པའི་རིགས་པར་རྒྱས་པར་དགག་  
 པ་མཛད་དེ། རི་སྐད་དུ། དེ་ཉིད་ལས་ཁ་ཅིག་ནི་སེམས་དང་བཅས་པའི་གནས་  
 སྐབས་སུ་འདོད་དེ་དཔེར་ན་བཙུན་པ་དབྱིག་བཤེས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་དྲི་བ་ལས།  
 གང་གི་ལྟར་ན་འགོག་པའི་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་སེམས་མེད་པ་ཡིན་པ་དེ་ལ་སྟོན་  
 དེ་ཡོད་ཀྱི་ཁོ་བོའི་ལྟར་ན་འགོག་པའི་སྟོམ་པར་འཇུག་པ་སེམས་དང་བཅས་པ་ཉིད་  
 ཞེས་སྒྲ་བ་ལྟ་བུའོ། །

འདིར་མདོའི་བྱངས་ཀྱང་འགོག་པ་ལ་སྟོམས་པར་ཞུགས་པའི་ལུས་ཀྱི་  
 འདུ་བྱེད་དག་མ་འགགས་པ་ནས། དབང་པོ་དག་མ་འགྱུར་བ་ཡིན་ཞིང་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པ་ལུས་དང་མ་བྲལ་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་བྱེར་ཏེ་འོང་བར་བྱེད་དོ། དེ་དག་  
 དེའི་ཆེ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གང་ཡིན་པར་འདོད་། ཁ་ཅིག་ན་རེ་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་  
 པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བེར་རོ། །འོ་ན་བཙུན་ལྷ་ན་འདས་ཀྱི་ཡིད་དང་། ཆོས་ལ་ཉེན་  
 ནས་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་དང་། གསུམ་ཡང་དག་པར་འདུས་པའི་རིག་པ་དང་། ལྷན་  
 ཅིག་སྐྱེས་པའི་ཆོར་བ་དང་། འདུག་ཤེས་དང་། སེམས་པ་སྟོའོ་ཞེས་མ་གསུངས་སམ་

ཇི་ལྟར་ན་དེའི་ཆེ་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡོད་ཀྱང་གསུམ་ཡང་དག་པར་འདུས་པ་  
 མ་ཡིན། གསུམ་ཡང་དག་པར་འདུས་ན་ཡང་རེག་པ་ཇི་ལྟར་མེད། རེག་པ་ཡོད་ན་  
 ཡང་གང་གིས་ན་འདུ་ཤེས་དང་ཆོར་བ་འགོག་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཆོར་བ་དང་འདུ་ཤེས་  
 མེད་པ་ཡིན་ཞེས་བྱ། ཞེས་པ་ལ་སོགས་པས། དེའི་ཆེ་དགོ་བ་དང་། མི་དགོ་བ་དང་།  
 ལུང་དུ་མ་བསྟན་པའི་རང་བཞིན་གྱི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡོད་པ་ལ་དགག་པ་  
 རྒྱས་པར་མཛད་ནས། འདུག་བསྟུ་བ་ནི། དེ་བས་ན་རྟོག་གི་པ་བྱིད་རྣམས་ཀྱི་ལུང་  
 གི་དོན་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་མ་རྟོགས་པས་འགོག་པའི་སྒྲུམས་པར་འདུག་པ་ལ་སོགས་  
 པའི་གནས་སྐབས་ན་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་སེམས་དང་བཅས་པར་རྟོག་པ་ནི་  
 གཟུ་ལུམས་སུ་སེམས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར་རོ། །

དེ་བས་ན་འགོག་པ་ལ་སྒྲུམས་པར་ཞུགས་པའི་ཆེ་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་  
 འབའ་ཞིག་གི་སེམས་དང་བཅས་པ་ཡིན་གྱི་སེམས་གཞན་ནི་མེད་དེ། ཇི་སྐད་དུ་  
 ཡང་དེ་ཉིད་ལས། འོ་ན་སེམས་དང་བཅས་པར་ཇི་ལྟར་འདོད་པར་བྱ་ཞེ་ན། ཇི་  
 ལྟར་མདོ་སྡེ་པ་ཁ་ཅིག་འདོད་པ་དེ་ལྟར་རོ། །མདོ་སྡེ་པ་ཁ་ཅིག་ཇི་ལྟར་འདོད་ཅེ་ན།  
 རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ས་བོན་ཐམས་ཅད་པ་ཉིད་འཆམས་སྒྱུར་བ་  
 བས་བཟུང་སྟེ་སྟེ་བ་དེ་དང་དེར་བར་ཆད་མེད་པར་རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་རྒྱ་བ་དང་  
 བས་བཟུང་པར་གྱུར་པ་མུ་ངན་ལས་འདས་པ་ལ་བྱུག་གི་བར་དུ་རྒྱུན་གྱིས་འདུག་  
 པ་དེ་དེའི་ཆེ་མི་འཆད་དེ། དེ་བས་ན་གནས་སྐབས་དེ་སེམས་དང་བཅས་པ་ཞེས་  
 བྱའོ། །རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཆོགས་དུག་པོ་གཞན་དག་ནི་མི་འདུག་སྟེ། འགོག་པའི་

སྟོམས་པར་འཇུག་པ་ལ་སོགས་པའི་འཇུག་པའི་སེམས་ཀྱིས་དབང་གིས་དུས་རེ་  
ཞིག་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་དག་གི་ས་བོན་ཉམས་པའི་བྱིར་དེས་ན་སེམས་མེད་པ་  
ཞེས་བྱའོ། །སེམས་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། དེ་ལ་གཅིག་ནི་དེའི་ས་བོན་བསགས་པ་  
ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ནི་དེའི་དམིགས་པ་དང་རྣམ་པ་དང་བྱེ་བྲག་ཐ་དང་པ་དག་གིས་  
སྒྲ་ཆོགས་པ་ཡིན་ནོ། །སེམས་གཉིས་པ་མ་ཆར་བའི་བྱིར་སེམས་མེད་པ་ཡིན་ཏེ།  
དཔེར་ན་བྲི་རྒྱུ་གཅིག་པ་ལ་རྒྱུ་པ་གཞན་མ་ཆར་བའི་བྱིར་རྒྱུ་པ་མེད་པ་ཞེས་  
བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་འགོག་པའི་སྟོམས་པར་  
འཇུག་པ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་སོགས་པར་འདོད་པ་ནི་ཤིང་རྟ་ཆེན་པོ་  
དག་གི་ལུགས་ལས་བྱི་རོལ་ཏུ་གྱུར་པ་ཡིན་ནོ། །འདུ་ཤེས་མེད་པ་པ་ནི་འདུ་ཤེས་  
མེད་པའི་སྟོམས་འཇུག་གི་དབང་གིས་བསམ་གཏན་བཞི་པའི་གནས་གཞན་  
གསུམ་པ་འབྲས་བུ་ཆེ་བའི་ནང་ཆོན་ཏུ་གྱུར། སེམས་ཅན་འདུ་ཤེས་མེད་པའི་ལྟ་  
རྣམས་ཀྱི་ནང་ཏུ་སྐྱེས་པར་གྱུར་པ་ན་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་ཆོས་བརྟན་  
པ་མ་ཡིན་པ་ཆོགས་དུག་འཁོར་དང་བཅས་པ་འགོག་པ་སྟེ་རང་གི་རང་གིས་  
འགགས་ཏེ། རི་སྤྱོད་རྣམ་སྤྱོད་ཀྱི་འཕེན་པ་མ་རྟོགས་ཀྱི་བར་ཏུ་འཇུག་ཤེས་སྐྱེ་བ་  
དང་མི་མཐུན་པར་གྱུར་པའི་ལུས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ལ་འདུ་ཤེས་མེད་པ་པ་ཞེས་  
འདོགས་ཀྱི་འདི་ཡང་རྩ་སྟུགས་པ་ནི་མེད་དོ། །

འདི་ལ་སྐྱེས་མ་ཐག་ཏུ་འདུ་ཤེས་ཅུང་ཟད་སྐྱེ་ལ་དེ་ནས་རང་གི་རང་གིས་



འགགས་ཏེ་མཐར་དེ་ནས་འཆི་བ་སྐྱར་ཀུན་གཞི་ལས་འདུག་ཤེས་སྟེ་ཞིང་། དེའི་ཆེ་  
 ཐར་པ་ལ་སྐྱར་འདེབས་ཀྱི་ལོག་ལྷ་སྟེ་བས་ལྷ་ཆེ་རིང་པོ་ཞེས་པའི་མི་ཁོམས་པའི་  
 གནས་ཡིན་ཅོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་ནི་མི་རིགས་ཏེ། དག་བཅོམ་པ་ལས་ཆུང་བ་སྟེ་བ་  
 དེའི་སྤྲ་མ་ལ་འདུག་ཤེས་མེད་པ་པར་སྟེས་པར་ལུང་ལས་གསུངས་ཤིང་། འཆི་འཕོ་  
 ཁར་ཐར་པ་ལ་སྐྱར་འདེབས་ཀྱི་ལོག་ལྷ་སྟེས་ན་དག་ཅུ་ཆད་པས་ཕྱི་མ་ལ་རན་སོང་  
 དུ་འགྲོ་བར་ངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་དེར་སྟེས་པ་ནི་སྐལ་པ་ཆེན་པོ་དུ་མ་ཞིག་ཏུ་  
 ཆོག་ས་དུག་གི་འདུག་ཤེས་འགགས་པས་དག་བ་བསྐྱབ་པའི་གོ་སྐབས་མེད་ཅིང་།  
 གང་གི་ཆེ་འདུག་ཤེས་སྟེས་པ་དེའི་ཆེ་གནས་དེ་ནས་འཆི་འཕོ་ལ། དེའི་ཕྱིར་དེན་དེ་ལ་  
 དག་བ་སྐྱབ་པའི་གོ་སྐབས་མེད་པའི་ཕྱིར་མི་ཁོམས་པའི་གནས་ཡིན་ཅོ། གྲོག་གི་  
 དབང་པོ་ནི་ལྷ་དང་མི་ལ་སོགས་པའི་འགྲོ་བ་རིས་མཐུན་པར་ཆེ་གཅིག་གི་ཡུང་  
 པོའི་རྒྱན་སྟོན་བསགས་པའི་བསོད་ནམས་དང་བསོད་ནམས་མ་ཡིན་པ་ལ་སོགས་  
 པའི་ལས་ཀྱི་ལོ་བརྒྱུའམ་སྟོང་ལ་སོགས་པ་ཇི་ཅམ་དུ་འདུག་ཅིང་གནས་པར་འཕངས་  
 པའི་དབང་གིས་དེ་ཅམ་དུ་གནས་པའི་དུས་ངས་པ་ལ་ཆེ་ཞེས་གདགས་ཀྱི་རྩ་ས་སུ་ཡོད་  
 པ་ནི་མ་ཡིན་ཅོ། །ཆེ་དང་སྟོག་དང་སྟོག་གི་དབང་པོ་རྣམས་རྣམ་གྲངས་ཡིན་ཅོ། །

རིས་མཐུན་པ་ནི་ལྷ་དང་མི་ལ་སོགས་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་རིགས་དེ་དང་  
 དེར་སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་མཆུངས་པ་དང་། འགྲོ་བ་མཆུངས་པ་དང་། སྟེ་གནས་  
 མཆུངས་པ་དེ་དང་དེ་དག་གི་རིགས་དང་ན་ཆོད་དང་བོད་ཆོད་ལ་སོགས་པའི་ལུས་  
 ཏེ་ཡུང་པོའི་ཡན་ལག་དེ་དང་འདྲ་བ་ལ་རིས་མཐུན་པ་ཞེས་གདགས་སོ། །སྟེ་བ་ནི་

རིས་མཐུན་པར་སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱད་ཀྱིས་བསྐྱེས་པའི་འདུ་བྱེད་རྣམས་གྱི་རྒྱུ་མ་  
 བྱུང་བ་ལས་བྱུང་བ་ལ་སྐྱེ་བ་ཞེས་གདགས་གྱི་རྩ་ས་གཞན་ཡང་མེད་ལ་གཅིག་པ་  
 ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་ཅོ། །ཀྱ་བ་ནི་རིགས་མཐུན་པ་སྐྱེས་ནས་མ་གྱིའི་བར་གྱིས་འདུ་  
 བྱེད་རྣམས་གྱི་རྒྱུ་སྐྱེས་མ་ལས་བྱེས་པ་གནས་སྐབས་གཞན་དང་གཞན་དུ་མི་འདྲ་བར་  
 བྱུང་བ་གང་ཡིན་པ་སྟེ། འདི་ལྟར་རྒྱུ་རྒྱུ་པོ་ལས་མེར་མེར་པོ་ལ་སོགས་པར་  
 བྱུང་བ་དང་། དེ་བཞིན་བྱིས་པ་ནས་གཞོན་ན། དེ་ལ་ལང་ཆོ་ལ་སོགས་པ་མཐར་  
 ཁས་པའི་བར་དུ་འབྱུང་བ་གང་ཡིན་པའོ། །དེ་ཉིད་ལ་ཀྱ་བ་ཞེས་གདགས་གྱི་རྩ་ས་  
 གཞན་མེད་དོ། །གནས་པ་ནི་རིས་མཐུན་པར་འདུ་བྱེད་རྣམས་གྱི་རྒྱུ་སྐྱེས་ནས་མ་  
 གྱིའི་བར་དུ་མི་འཛིགས་ཅིང་རྒྱུ་ཆགས་སུ་འཇུག་པ་གང་ཡིན་པ་ལ་གནས་པ་  
 ཞེས་གདགས་སོ། །

མི་རྟག་པ་ནི་རིས་མཐུན་པར་ཆོ་གཅིག་གི་ལུང་པོས་སྦྲས་པའི་འདུ་བྱེད་  
ནམས་ཀྱི་རྒྱན་འཛིགས་ཅིང་ཆད་པ་གང་ཡིན་པ་ལ་མི་རྟག་པ་ནི་ད་ཅིས་གདགས་ཀྱི་  
སྐད་ཅིག་རེ་རེ་ལ་ཡང་མ་ཡིན་ལ། རོན་གཞན་དུ་སྒྱུར་པ་ཡང་མེད་པར་བརྟན་ཏེ།  
ཁྱི་རོ་ལ་གྱི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལ་ཡང་སྐྱེ་བ་དང་ཆ་བ་དང་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་  
པ་ཡོད་མ་ཡིན་ནམ། ཇི་ལྟར་ན་རིས་མཐུན་པའི་འདུ་བྱེད་སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱད་ཀྱིས་  
བསྦྲས་པ་ཁོ་ན་ལ་སྐྱེ་བ་སོགས་བཤད་ཅི་ན། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་འདུས་བྱས་  
ཀྱི་མཆོན་ནི་ད། སྐྱེ་བ་དང་། ཆ་བ་དང་། མི་རྟག་པ་དང་གནས་པ་གང་གསུངས་པ་  
དེ་དག་ནི་སེམས་ཅན་དུ་བསྒྲང་བའི་འདུ་བྱེད་ཀྱི་དབང་དུ་མཛད་པ་ཡིན་གྱི། ཁྱི་

རོལ་གྱི་ནི་མ་ཡིན་པར་བསྟན་པའི་བྱིར་རོ། །གཉིས་ཀ་ལ་ཡང་སྐྱེ་བ་སོགས་ཡོད་  
པར་མཚུངས་པ་ན། ཅིའི་བྱིར་བཙོམ་ལྟན་འདས་གྱིས་ཟེན་པའི་འདུ་བྱེད་ཁོ་ནའི་  
དབང་དུ་མཛད་ནས་དེ་སྒྲིད་གསུངས་ཞེ་ན། བྱི་རོལ་གྱི་གཟུགས་རྣམས་ནི་འཇིག་  
པ་དང་ཆགས་པས་རབ་དུ་བྱེ་བ་ཡིན་ལ། རང་གི་འདུ་བྱེད་རྣམས་ནི་སྐྱེ་བ་དང་སྐྱ་བ་  
སོགས་གྱིས་རབ་དུ་བྱེ་བའི་བྱིར་རོ། །

དེ་ཡང་འདི་ལྟར་འཛིན་རྟེན་ནི་ཕྱི་རོལ་གྱི་གཟུགས་རྣམས་འཛིན་པ་དང་།  
 རྩེ་བ་ལ་ནི། འཛིན་པ་དང་ཆགས་པའི་རྒྱར་གྲགས་པས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་  
 གྲུང་དེ་དག་དང་མཐུན་པར་དེ་རྒྱད་བཤད་ཀྱི་རྩེ་བ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱར་མ་བསྟན་ལ།  
 རང་གི་འདུ་བྱེད་རྣམས་ནི་རྩེ་སྟོན་སྟོན་སྟོ། །གནས་སྟོ། ། ཞིག་གོ་ཞེས་རྩེ་བ་དང་རྒྱ་  
 བ་ལ་སོགས་པར་གྲགས་པས། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་གྲུང་འཛིན་རྟེན་དང་  
 མཐུན་པ་དེ་དག་གི་འབྱུང་བ་ལ་སོགས་པ་རྩེ་བ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱས་གསུངས་པ་  
 ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་བྱེ་བྲག་རྩེ་བ་རྣམས་རྩེ་བ་ལ་སོགས་པ་འདི་དག་འདུ་བྱེད་སྤྱི་  
 མཆོམ་ཉིད་དང་། དེ་དག་གྲུང་རྒྱད་གཅིག་རེ་རེ་ལ་ཆོང་བ་དང་། མཆོམ་གཞི་ལས་  
 རྒྱས་གཞན་དུ་ཡོད་པར་རྟོག་པ་དེ་དག་བསལ་བའི་ཕྱིར། འདིར་གོ་རིམ་བཞིན་དུ།  
 རིས་མཐུན་པར་ཞེས་དང་། འདུ་བྱེད་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུན་ཞེས་པ་དང་གདགས་སྟོ། །  
 ཞེས་པའི་ཆོག་གསུམ་གསུམ་སྟོས་པ་ཡིན་ནོ། །མིང་གི་ཆོགས་ནི་ཕྱི་དང་རང་གི་  
 ཆོས་རྣམས་ཀྱི་བྱུང་བར་ཆོས་དང་མ་འབྲེལ་བའི་རང་གི་རོ་བོ་ཉིད་ཙམ་གསལ་བར་  
 བྱེད་པའི་ཆོག་སྤྱད་དགས་དཔེར་ན་མིག་སྟོ་གཟུགས་ཅེས་པ་ལྟ་བུ་ལ་མིང་གི་ཆོགས་



ཞེས་གདགས་སོ་ཚིག་གི་ཚིགས་ནི་ཚེས་རྣམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་དོ་རྟག་མི་རྟག། བདེ་  
 མི་བདེ་ལ་སོགས་པའི་བྱད་པར་གྱི་ཚེས་དང་འབྲེལ་བར་གསལ་བར་བྱེད་པའི་  
 ཚིག་སྒྲ་དགས་སོ། །དཔེར་ན་འདུས་བྱས་བམས་ཅད་མི་རྟག་ཚེས་བམས་ཅད་  
 བདག་མེད་དོ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ལ་ཚིག་གི་ཚིགས་ཞེས་གདགས་སོ། །ཡི་གེའི་ཚིགས་  
 ནི་གང་ཚིགས་པ་ལས་མིང་དང་ཚིག་དེ་གཉིས་ཀ་འབྱུང་བའི་གནས་ཀ་ལ་སོགས་  
 གསལ་བྱེད་པ་རྣམས་དང་། ཡ་ཨི་ལ་སོགས་པ་དབྱེད་ཀྱི་ཡི་གེ་རྣམས་ལ་ཡི་གེའི་  
 ཚིགས་ཞེས་གདགས་པར་བྱའོ། །འདིའི་ངེས་པའི་ཚིག་ནི་གསུམ་སྟེ་རང་བཞིན་  
 དང་ལས་དང་། དགོས་པ་དང་། རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་ངེས་ཚིག་གོ། །དང་པོ་ནི་འདིས་  
 མིང་ཚིག་དེ་གཉིས་ཀ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཡི་གེ་ཞེས་བྱའོ། །ཅིའི་ཕྱིར་དེ་  
 དག་གསལ་བར་བྱེད་ཅེ་ན། ཡི་གེ་འདུས་པའི་གནས་སྐབས་གང་གིས་ཚེས་རྣམས་  
 ཀྱི་ངོ་བོ་དང་བྱད་པར་གསལ་བར་བྱེད་པའི་བརྗོད་པ་དེ་དང་དེ་ལ་མིང་དང་ཚིག་ཏུ་  
 གདགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་ནི། བརྗོད་པར་བྱེད་པ་ཡང་ཡི་གེ་དེ་ཡིན་ཏེ། ངོ་བོ་དང་བྱད་  
 པར་གྱི་དོན་རྣམས་འདིས་ཡང་དག་པར་བརྗོད་པའི་ཕྱིར་ཏེ་ཚེས་རྣམས་ཀྱི་ངོ་བོ་  
 དང་བྱད་པར་གསལ་བར་བྱེད་པའི་མིང་དང་ཚིག་དེ་དག་ཡི་གེ་དུ་མ་འདུས་པའི་  
 གནས་སྐབས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གསུམ་པ་ནི། དབྱེད་དང་གསལ་བྱེད་ཀྱི་བསྐྱེས་པའི་ཡི་གེ་འདི་རྣམས་  
 རང་རང་བརྗོད་པའི་གདངས་མ་རྟོགས་པ། མིང་གི་རྣམ་གྲངས་སུ་གཏོགས་པས་

གཞན་དུ་གོ་བར་མི་འགྱུར་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དེ། འདི་ལྟར་ཡི་གེ་ཨ་གང་ཡིན་པ་དེ་  
 མི་ཨ་ཞེས་བརྗོད་པའི་སྒྲུའི་གདངས་གཅིག་པོ་འདི་མ་གཏོགས་ཨ་ཞེས་པའི་ཡི་གེ་  
 འདི་གོ་བར་འགྱུར་བའི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་གཞན་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 ཅི་སྟེ་དབྱངས་རྣམས་ཀྱི་དང་པོ་ཞེས་བརྗོད་པས་གོ་བར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན།  
 མ་ཡིན་དེ། དེས་ནི་བརྗོད་པའི་རིམ་པ་ཅུ་མ་ཞིག་གོ་བར་འགྱུར་གྱི་ཨ་ཞེས་པའི་  
 སྒྲུའི་གདངས་གོ་བར་མི་འགྱུར་ལ། ཡི་གེ་ཡང་གདངས་ཀྱི་སྐབས་ལ་འདོགས་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །ཐམས་ཅད་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་དང་ཁྱད་པར་དང་། དེ་གཉིས་ཀ་བྱ་སྟངས་ཅུ་  
 ཟད་ལ། དེ་དག་ཐམས་ཅད་ནི་གསུམ་པོ་འདི་དག་གིས་རྗེས་སུ་བྱ་སྟངས་བཏགས་པ་  
 ཡིན་པས་དེའི་ཕྱིར་མིང་དང་ཆོག་ཡི་གེའི་ཆོགས་རྣམས་རྣམ་པར་བཞག་གོ། །

མིང་གི་ཆོགས་ལ་སོགས་པ་འདི་དག་ནི་རྟོགས་པར་དཀའ་བས་དེའི་ཕྱིར་  
 ཅུང་ཟད་དབྱང་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་རིགས་པའི་གཞུང་ལུགས་དང་། སངོན་པའི་  
 གཞུང་ལུགས་དག་གི་དགོངས་པ་མི་འདྲ་བ་གཉིས་རྟོགས་དེ་འདི་ལྟར་རིག་པའི་  
 དབང་ལྷན་ནི་ཡི་གེ་ཆོགས་ནི་སྒྲ་རང་མཚན་གྱི་ངོ་བོར་བཞེད་ཅིང་། མིང་དང་ཆོག་  
 གི་ཆོགས་གཉིས་རྟོག་པས་བཏགས་པའི་སྒྲུའི་སྟེ་ཡང་དག་པར་ན་ནང་ཤེས་པ་དང་  
 ཕྱིའི་ངོན་གང་དུ་ཡང་མ་གྲུབ་པས་དངོས་པོར་མེད་ཅིང་། དེའི་ཕྱིར་གཟུགས་ལ་  
 སོགས་པའི་སྟངས་པོ་ལྷ་གང་དུ་ཡང་མ་འདུས་པར་བཞེད་དོ། །དེ་ལྟར་ཡང་རྣམ་  
 འགྲེལ་ལས། ཡི་གེ་ཀུན་སྟོང་ཤེས་པ་ལས། །སྟེ་ལ་ཤེས་པའི་སྒྲ་སྟེ་འོ། །དེའི་ཁྱད་  
 པར་ཅན་དེ་ནི། །རྣ་བས་ངེས་པར་འགྱུར་བ་ཡིན། །ཤེས་དེས་སྟེད་པའི་ཤེས་པ་ཅན། །

དེ་ཐོས་ཐུང་མིན་ཐོས་པ་ཅན། །ཞེས་སོགས་དང་། ཡི་གེའང་ཅིག་ཅར་ཐོས་པར་  
འགྱུར། །ཞེས་དང་། རིང་སོགས་འཛིན་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། །ཞེས་པ་ལ་སོགས་པས་  
ཡི་གེ་ཉན་ཤེས་ཀྱི་ཡུལ་དུ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཡང་དེ་ཉིད་ལས། ཆོག་སོགས་ཀུན་བདག་ས་དངོས་མེད་ལ། །དངོས་པོ་  
ཡི་ནི་འབྲེལ་བ་ནི། །རི་ལྷ་བུར་ནི་འདུག་པར་འགྱུར། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་མིང་ཆོག་  
གཉིས་སྒྲོ་བདག་ས་སུ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལ་ཡི་གེ་ནི་གནས་དང་རྩྱལ་བ་དང་  
ཀུན་སྒྲོང་གཅིག་ལས་སྐྱེས་པའི་དབྱེའི་གདངས་སྐད་ཅིག་མ་དུ་མའི་རང་བཞིན་  
ཅན་ཡིན་ཏེ། ཡི་གེ་བྱང་དུ་གཅིག་ཡང་སྐྱེས་བུའི་མིག་འབྱེད་བའམ་འཇུམ་པའི་ཡུན་  
ཙམ་གྱིས་འགྱུར་དགོས་ལ་དེ་ལ་ཡང་སྐད་ཅིག་མ་དུ་མ་འདས་པའི་ཕྱིར་རོ། །རི་  
སྐད་དུ། ཡི་གེ་བདག་ཉིད་ཀུན་མཐའ་ཡང་། །མིག་འཇུམ་ཆད་དུ་གནས་པ་ཡིན། །  
དེ་ཡང་རིམ་གྱིས་རྟུལ་ཕྱུར་ནི། །དུ་མ་དག་དང་འབྲེལ་བས་རྫོགས། །ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་ཡི་གེ་བྱང་དུ་གཅིག་གྱང་ཉན་ཤེས་ཀྱིས་རིམ་གྱིས་  
འཛིན་གྱིས་ཅིག་ཅར་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། རི་སྐད་དུ། སྒྲོ་ཡང་སྐད་ཅིག་དེའི་ཕྱིར། །ཡི་གེ་  
རིམ་གྱིས་རྫོགས་པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྷན་ཡི་གེའི་སྐད་  
ཅིག་རེ་རེ་བ་དག་ནི་ཡི་གེ་མ་ཡིན་ལ་དེ་དག་སྒྲ་ཕྱི་དུ་མ་ལྷན་ཅིག་དུ་ཆོག་ས་པ་ཡང་  
མི་སྤྱོད་པས་དེའི་ཕྱིར་ཡི་གེ་ནི་སྒྲོ་བདག་ས་པ་ཙམ་ཡིན་གྱི་རྫས་སུ་མེད་དོ་ཞེས་པ་  
ཅིག་སྒྲ་བར་བྱེད་དོ། །ཅི་ཡི་གེའི་སྐད་ཅིག་རེ་རེ་བ་དག་ཡི་གེ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་  
འདི་གང་ལས་རྫོགས། ཅི་སྟེ། ཡི་གེ་བྱང་དུ་གཅིག་མིག་འཇུམ་པའི་ཆད་ཀྱི་འགྱུར་



244

ཡི་གེ་རྣམས་རྒྱ་དང་རྒྱུན་ལས་མ་སྐྱེས་པ་རྟག་པ་རང་བྱུང་གི་རོ་བོ་ཁས་ལེན་པར་  
 དགོས་པར་འགྱུར་རོ། །ཅི་སྟེ་སྐད་ཅིག་རེ་རེ་བ་དག་མ་ཡིན་པའི་ཡི་གེ་ཨ་དེའི་  
 གནས་དང་བྱེད་པ་སོགས་ལས་འབྱུང་སྟེ། སྐད་ཅིག་རེ་རེ་བ་དག་ནི་ཨ་མ་ཡིན་པའི་  
 བྱིར་རོ་སྟུམ་ན། དེ་ལྟ་བུའི་ཨ་དེ་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་ཡིན་ནམ་འོན་ཏེ་དུ་མ་ཡིན་  
 བྱེགས་དང་བོ་ལྟར་ན་ཨ་རིང་བོ་དང་བྱུང་དུའི་བ་སྟེད་མི་འབྲད་པར་འགྱུར་ཏེ། སྐད་  
 ཅིག་མ་གཅིག་ལ་ནི་རིང་བོ་དང་བྱུང་དུ་ལ་སོགས་པའི་བ་སྟེད་བྱ་བར་མི་རྣམས་པའི་  
 བྱིར་རོ། །

བྱེགས་གཉིས་པ་ནི་འོ་བོས་རྣམ་པར་བཞག་པའི་བྱེགས་ཡིན་པས་དེ་ཁས་  
 ལེན་ན་རྩོད་པ་མེད་དོ། །ཅི་སྟེ་སྐད་ཅིག་གཅིག་དང་དུ་མའི་བདག་ཉིད་གང་དུ་ཡང་  
 མི་འདོད་ན་ནི་ཡི་གེ་རྣམས་རྟག་པ་འཕམ་ཡང་ན་དངོས་པོ་མེད་པར་ཁས་ལེན་དགོས་  
 པར་འགྱུར་རོ། དེའི་བྱིར་ཡི་གེ་ནི་སྒྲིའི་བདག་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་གྲུབ་པ་  
 ཡིན་ནོ། །ཅིའི་བྱིར་མིང་དང་ཆེག་གི་ཆོག་ས་ནི་སྟོ་བཏགས་པའི་རང་བཞིན་ཅན་  
 ཡིན་ཅེ་ན། གང་གི་ཆེ་ཡི་གེ་དུ་མ་རྣམས་ཉན་ཤེས་ཀྱི་ཕྱོས་པ་དེའི་ཆེ་རྗེས་སུ་སྐྱེས་  
 པའི་རྟོགས་པས་ཉན་ཤེས་ཀྱིས་རིམ་གྱི་ཕྱོས་པའི་ཡི་གེ་དེ་རྣམས་ཉིད་ལ་མིག་དང་  
 གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་དོན་གྱི་རོ་བོ་ཅུམ། གསལ་བྱེད་དང་། དེ་དག་ཀྱང་རྟག་མི་  
 རྟག་ལ་སོགས་པའི་བྱུང་པར་དང་འབྲེལ་བར་གསལ་བྱེད་དུ་སྟོ་འདོགས་པར་བྱེད་ལ།  
 ཡི་གེའི་བྱུང་པར་གང་ལ་རྟོག་པས་མིག་དང་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དོན་གྱི་རོ་བོ་  
 ཅུམ་གསལ་བྱེད་དུ་སྟོ་བཏགས་པ་དེ་ནི་མིང་ཡིན་ལ། ཡི་གེ་གང་དོན་གྱི་བྱུང་པར་

གསལ་བྱེད་དུ་སྒྲོ་བཏགས་པ་དེ་ནི་ཆོག་ཡིན་ཅོ། །དེ་ལྟར་ཡི་གེ་ཉིད་མིང་ཆོག་ཏུ་  
 འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། ཡི་གེ་རྣམས་ནི་མིང་ཆོག་ཏུ་སྒྲོ་བཏགས་པར་བྱ་བའི་  
 གཞི་ཙམ་ཡིན་གྱི་མིང་དང་ཆོག་གི་རང་བཞིན་མ་ཡིན་ཏེ། ཡི་གེ་རྣམས་ཀྱིས་དོན་གྱི་  
 རོ་བོ་དེ་དང་བྱད་པར་བརྗོད་ཅིང་གསལ་བར་བྱེད་མི་རྣམས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ལྟར་  
 གང་ཞིག་གང་ལ་བརྟེན་འབྲེལ་པ་མ་བྱས་པ་དེས་ནི་དོན་དེ་གསལ་བར་བྱེད་པ་མ་  
 ཡིན་ཏེ་ནག་ཅོག་སོགས་དང་ལྟན་པ་ལ། རྟེན་བརྟེན་མ་བྱས་པ་བཞིན་དུ་དབྱངས་  
 དང་གསལ་བྱེད་གྱི་ཡི་གེ་རྣམས་ཀྱང་དོན་གྱི་རོ་བོ་དང་བྱད་པར་དག་ལ་བརྟེན་བྱས་  
 པ་མ་ཡིན་ཅོ། །དེ་ཡང་འདི་ལྟར་དོན་འདིའི་མིང་འདི་ཞེས་བརྟེན་འབྲེལ་བྱེད་པའི་  
 རྟོག་པ་ལ་མི་སྣང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི། དོན་འགའ་ལ་ཡང་བརྟེན་བྱ་བར་རྣམས་པ་  
 མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་ལེགས་སྐྱར་ལ་གྲགས་པའི་མིང་གི་བྱད་པར་རྣམས་གངས་  
 ཅན་པ་རྣམས་ཀྱི་བརྟེན་འབྲེལ་བྱེད་པའི་རྟོག་པ་ལ་མི་སྣང་བ་བཞིན་ཅོ། །དབྱངས་  
 དང་གསལ་བྱེད་གྱི་ཡི་གེ་རྣམས་ནི་ཉན་ཤེས་ཀྱི་ཡུལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བརྟེན་འབྲེལ་  
 བྱེད་པའི་རྟོག་པ་ལ་སྣང་བ་མ་ཡིན་ཅོ། །དེ་བས་ན་མིང་དང་ཆོག་ནི་རོ་བོ་དང་།  
 བྱད་པར་གསལ་བར་བྱེད་པའི་ཉིད་ཀྱི་དེ་དང་དེ་ལ་རྟོག་པས་བརྟེན་འབྲེལ་བྱས་པ་  
 ཡིན་ལ། དེའི་ཕྱིར་རྟོག་པས་བཟུང་བྱར་གྱུར་པའི་སྒྲུའི་སྒྲུ་ཡིན་ཅོ། །ཡང་དག་པར་ན་  
 དེ་དག་ནི་ཕྱི་དང་ནང་གི་དངོས་པོ་གང་དུ་ཡང་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ཏེ། ཕྱི་ནང་གི་དངོས་  
 པོ་རྣམས་ནི་རང་རང་གི་རོ་བོ་མ་འདྲེས་པར་གནས་པ་ཉིད་ཀྱིས་རྟོག་པས་བཟུང་  
 བར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་མིང་དང་ཆོག་གིས་ཆོག་སྐྱེས་རྣམས་ནི་སྒྲོ་



བདགས་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་གྱི་ཡང་དག་པར་ན་གྲུབ་པ་མེད་དོ་ཞེས་པ་འདི་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་ན་ཡི་གེ་རེ་རེ་བ་དག་ནི་མིང་ཆོག་གི་སྒྲོ་བདགས་པའི་གཞིར་ཡང་མི་རུང་བས་དོག་པས་ཀྱང་དོན་བཟོད་བྱེད་དུ་ཞེན་པ་མེད་ལ། དེའི་སྤྱིར་ཡི་གེ་དོན་མེད་ཅན་འབྱུང་ཞིང་། ཞེས་ཡི་གས་དོན་མི་སྟོན་པར་བསྟན་ལ། ཡི་གེ་དུ་མ་ཉན་གཤམ་གྱི་འབྲེལ་ཆགས་སུ་བློས་པ་ལ་དོན་གྱི་རོ་བོ་དང་ཁུད་པར་གསལ་བྱེད་དུ་དོག་པས་སྒྲོ་འདོགས་པར་བྱེད་པས། དེའི་སྤྱིར་དག་ནི་ཡི་གེ་ལས་བྱ་དད་ཡོད་པ་མིན་ཏེ་མ་དམིགས་སྤྱིར། ཞེས་པ་ཡི་གེ་ལས་མ་གཏོགས་པའི་དོན་སྟོན་པར་བྱེད་པའི་དག་ཀྱང་མེད་པར་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་ཡི་གེ་རྣམས་ནི་དོན་གྱི་ཆོས་ཡིན་པས་རང་གི་རྒྱ་ཀུན་སྒྲོར་རིམ་ཅན་ལས་རིམ་ཅན་དུ་སྒྲེ་ལ་རང་རིམ་ལྟར་སྒྲེ་བའི་རིམ་པ་ལྟར་རང་གི་ཡུལ་ཅན་གྱིས་ཀྱང་འཛིན་པ་ཡིན་ལ། མིང་ཆོག་དག་ནི། དོན་ལ་མེད་པས་རྒྱ་རྒྱུན་ལས་སྒྲེ་བའི་རིམ་པ་མེད་གྱི། དོན་ཀྱང་སྒྲོའི་སྒྲུལ་པའི་ཆོས་ཡིན་པས་དོག་པས་དུས་ཅིག་ཅར་དུ་གཅིག་གི་རོ་བོར་འཛིན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །མིང་ཆོག་རྒྱ་དང་རྒྱུན་ལས་མི་སྒྲེ་ན་ཡི་གེ་ལས་མིང་དང་། དེ་ལས་ཆོག་འབྱུང་དོ་ཞེས་པ་རིམ་ལྟར་འབྲང་ཅེ་ན། དེའི་དོན་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། ཡི་གེའི་ཁུད་པར་འགའ་ཞིག་འབྲེལ་ཆགས་སུ་བློས་པ་ལ་དོན་གྱི་རོ་བོ་འགའ་ཞིག་གསལ་བྱེད་གྱི་མིང་དུ་སྒྲོ་འདོགས་པར་བྱེད་པ་དེའི་སྤྱིར། ཡི་གེ་འདུས་པ་ལས་མིང་འབྱུང་དོ་ཞེས་བྱ་ལ། རོ་བོ་གསལ་བྱེད་དུ་སྒྲོ་གདགས་སུ་རུང་བའི་ཡི་གེའི་ཁུད་པར་དེ་འདྲ་བ་དུ་མ་ཞིག་འབྲེལ་

ཆགས་སུ་བྱོས་པ་ན་དོན་གྱི་ཁྱད་པར་གསལ་བྱེད་གྱི་ཚིག་ཏུ་སྒྲོ་འདོགས་པས། དེའི་  
སྤྱིར་མིང་འདུས་པ་ལས་ཚིག་འབྱུང་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་ན་རིགས་པའི་གཞུང་ལས་འབྱུང་བའི་ཚིགས་གསུམ་རྣམ་པར་  
བཞག་པ་ནི་དེ་ལྟ་བུ་ཡིན་ནོ། །མདོན་པའི་གཞུང་ལས་འབྱུང་བའི་ཚིགས་གསུམ་  
རྣམ་པར་བཞག་པའི་ཚུལ་སྟོན་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ལ་བྱེ་བྲག་ཏུ་སྒྲོ་བའི་མདོན་པ་བ་དག་ནི།  
ཡི་གེ་ལ་སོགས་པའི་ཚིགས་གསུམ་པོ་འདི་དག་ནི་གཟུགས་དང་། སེམས་དང་  
སེམས་ལས་བྱུང་བ་དག་ལས་རྫས་གཞན་པའི་ལྷན་པ་མ་ཡིན་པའི་འདུ་བྱེད་གྱི་  
ལུང་པོར་འདོད་དེ། དེ་ལ་ཡི་གེ་ནི། ཨ་ཞེས་བརྗོད་པའི་སྒྲིའི་གདངས་རྣམས་ཉན་  
ཤེས་གྱིས་བྱོས་པ་ནི་དེའི་རྗེས་སུ་ཨ་བྱུང་རོ་སྒྲིམ་པའི་རྟོག་པ་སྟེ་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་རྟོག་  
པས་གཟུང་བྱུང་བྱུང་པ་ན་ཤེས་པ་ཡང་མ་ཡིན་ལ། སྤྱི་རོལ་གྱིས་དོན་ཡང་མ་ཡིན་  
ཅིང་། སྒྲོ་བ་དགས་པའི་རང་བཞིན་ཡང་མ་ཡིན་པ་ཞིག་ལ་ཨ་ཞེས་པའི་ཡི་གེར་  
འདོད་ལ། དབྱངས་དང་གསལ་བྱེད་གྱི་ཡི་གེ་གཞན་རྣམས་ཀྱང་དེ་འདྲ་བ་ཁོ་ནར་  
འདོད་པ་ཡིན་ནོ། །

མིང་ནི་བཤད་མ་བྲག་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་གྱི་ཡི་གེའི་ཁྱད་པར་འགའ་  
ཞིག་ལྷན་ཅིག་ཏུ་འདུས་པ་ན། དོན་གྱི་རོ་བོ་ཅུམ་གསལ་བར་བྱེད་པ་མིག་གཟུགས་  
ཞེས་པ་ལ་སོགས་པའི་མིང་གི་སྒྲོ་འབྱུང་ལ། སྒྲོ་དེའི་བཟུང་བྱུང་བྱུང་པ་སྤྱི་དང་ནང་  
གང་དུ་ཡང་མ་གྱུབ་ལ། རྫས་སུ་གྱུབ་པ་ཞིག་ལ། མིང་གི་ཚིགས་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ།  
ཚིག་ནི། བཤད་མ་བྲག་པའི་མིང་གི་ཁྱད་པར་དུ་མ་ལྷན་ཅིག་ཏུ་འདུས་པ་ན་རྟག་མི་

རྟག་ལ་སོགས་པའི་དོན་གྱི་བྱད་པར་གསལ་བར་བྱེད་པའི་ཆོག་གི་སྒོ་སྒྲེ་ལ། སྒོ་  
 དེའི་བཟུང་བྱར་གྱུར་པའི་དོན་གང་རྩལ་སྤྱུ་གྱུ་བ་ཅིང་། སྤྱི་དང་ནང་གི་དོན་དུ་མ་  
 གྱུ་བ་པ་ནི་ཆོག་གི་ཆོགས་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལྟར་ན་བརྗོད་པའི་སྒྲེ་ལས་ཡི་གེ་སྒྲེ་ལ།  
 ཡི་གེ་ལས་མིང་དང་མིང་ལས་ཆོག་སྒྲེ་བ་ནི་རིམ་པ་ཡིན་འོ། །

ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་གི་མདོ་སྡེའི་རྩིས་སྤྱུ་འབྲང་བའི་སྤོང་པ་བ་དག་ནི།  
 ཆོགས་གསུམ་པོ་འདི་དག་ག་ཟུགས་དང་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་གསུམ་གྱི་  
 རང་བཞིན་མ་ཡིན་པའི་མི་ལྟ་ན་པའི་འདུ་བྱེད་དུ་བཞེད་མོད་གྱི་བྱེ་བྲག་དུ་སྒྲེ་བ་དག་  
 གི་ལྟར། རྩལ་སྤྱུ་གྱུ་བ་པ་ཡང་མི་འདོད་ལ། རྟག་གེ་པ་དག་གི་ལྟར་སྒྲེ་རང་མཆོན་  
 བས་སྒྲོ་བཏགས་དངོས་པོར་མེད་པའི་རང་བཞིན་དུ་ཡང་མི་འདོད་དེ། འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན།  
 དག་གི་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་གྱིས་གནས་སྐབས་ལ་བཏགས་པ་ཡང་དག་པར་གདགས་  
 གཞི་ལས་དེ་ཉིད་དང་གཞན་གང་དུ་ཡང་མ་གྱུ་བ་ཅིང་། ཐ་སྙད་དུ་གདགས་གཞི་  
 ལས་མཆོན་ཉིད་ཐ་དད་པར་སྒྲོས་བཟུང་དུ་རུང་བ་གང་ཡིན་པའོ། །དེ་ལ་ཡི་གེ་ནི།  
 ཨ་ཞེས་པའི་སྒྲུའི་གདངས་རྣམས་ཉན་ཤེས་གྱི་རིམ་གྱིས་བློས་པ་ན། དེའི་རྩིས་སྤྱུ་  
 རྟག་པས་ཨའོ་སྒྲུམ་དུ་འཛིན་པར་བྱེད་ལ། འདི་ཡི་གེ་ཨའོ་སྒྲུམ་པའི་རྟག་པས་  
 བཟུང་བྱ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཉན་ཤེས་གྱིས་བློས་པའི་སྒྲུའི་གདངས་རྣམས་ནི་མ་ཡིན་  
 ཏེ་རྟག་པ་དེ་སྒྲེས་པའི་ཆེ་དེ་དག་འགགས་པའི་སྤྱིར་རོ། །རྟག་པ་དེ་ཉིད་ཀྱང་མ་  
 ཡིན་ཏེ། རང་ཉིད་རང་ལ་བྱེད་པ་འགལ་བའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་དག་ལས་གཞན་པའི་  
 ཆོས་རྩལ་སྤྱུ་གྱུ་བ་པ་འགའ་ཞིག་ཀྱང་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟ་བུ་ཡོད་པའི་འབྲས་བུ་འཕྲུ་



རོ་བོ་གང་ཡང་ཆོད་མས་ས་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། དེའི་ཕྱིར་འདི་ཡི་གེ་ཨའོ་སྒྲམ་  
 པའི་ཉོག་པས་བཟུང་བྱ་དེ་ཉིད་རྩེས་སུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ལ། སྒྲོ་དེའི་རྩེས་སུ་འབྲངས་  
 བས་དེ་ཉིད་ལ་ཡི་གེ་ཨ་ཞེས་འཛིག་ཏེན་ན་ཐ་སྐད་རྩེས་སུ་འདོགས་པའི་ཕྱིར་  
 བཏགས་པ་ཅུམ་དུ་མེད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བས་ན་ཨ་ཞེས་པའི་སྒྲུའི་གདངས་  
 དེ་རྣམས་ལ་ཉོག་པས་ཡི་གེ་ཨའོ། །སྒྲམ་དུ་སྒྲོ་འདོགས་པས་དེའི་ཕྱིར་འདིའི་  
 གདགས་གཞི་ནི་སྒྲུའི་གདངས་དེ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ཨའི་རང་བཞིན་ཅི་འདྲ་བ་དེ་འདྲ་  
 བའི་ཚུལ་དུ་དབྱངས་དང་གསལ་བྱེད་གྱི་ཡི་གེ་གཞན་རྣམས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་རིག་  
 པར་བྱའོ། །མིང་དང་ཆོག་གི་ཆོགས་རྣམས་ནི་སྒྲུར་རིགས་པ་སྒྲུ་བ་དག་གི་ལུགས་  
 རྣམ་པར་བཞག་པ་ཅི་འདྲ་བ་དེ་འདྲ་བར་འདི་དག་ཀྱང་བཞེད་པ་ཡིན་ལ། རིགས་  
 པ་སྒྲུ་བ་དག་ནི་རྩེས་སུ་ས་གྲུབ་ན་འདུས་བྱས་དང་དངོས་པོར་མི་རུང་བས་མིང་  
 ཆོག་དག་གི་སྒྲོ་བཏགས་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་པས། འདུས་བྱས་སམ་དངོས་པོར་  
 མི་རུང་ལ་དེ་ཕྱིར་འདུ་བྱེད་ལུང་པོར་མི་བཞེད་ལ། མདོན་པ་བ་དག་ནི་འདི་དག་  
 བཏགས་པས་ཡོད་པ་ཡིན་ཡང་འདུས་བྱས་ལ་གདགས་པས་འདུ་བྱེད་ལུང་པོར་  
 འཛིག་པ་མི་འགལ་བར་བཞེད་དེ་འདི་ཅུམ་ནི་བྱེད་པར་ཡིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་རྣམ་པར་གཏན་ལ་དབབ་པ་བསྐྱས་པ་ལས་ཤེས་བྱ་བརྗོད་  
 པར་བྱ་བའི་དངོས་པོ་ལ་ཐམས་ཅད་ནས་བསྐྱས་པ་ནི་ཡི་གེའོ། །འབྲིང་ནི་མིང་རོ། །  
 རྒྱས་པ་ནི་ཆོག་གོ། །ཡི་གེ་ཅུམ་ལ་ཏེན་པས་ནི་སྒྲུ་ཅུམ་སོ་སོར་རིག་པར་འགྱུར་གྱི་  
 དོན་ནི་འགའ་ཡང་སོ་སོར་རིག་པར་མི་འགྱུར་རོ། །མིང་ལ་ཏེན་པས་ནི་ཆོས་དེ་དང་

དེ་དག་གི་ངོ་བོ་ནི་ད་སྟོན་པའི་དུས་པ་དང་། སྒྲ་ཡང་སྟོན་པའི་དུས་པ་འགྲུལ་གྱི།  
 ཚེས་པར་བོ་རབ་དུ་རྒྱུ་པར་འབྱེད་པ་སྟོན་པའི་དུས་པ་མི་འགྲུལ་རོ། །ཚིག་གི་  
 ཚེགས་ལ་རྟེན་པས་ནི་གམས་ཅད་སྟོན་པའི་དུས་པ་བྱའོ་ཞེས་བྱའི་ཚུལ་ཡང་རིག་  
 པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་ན་གཞུང་འདིར་ཚེགས་གསུམ་ལྟ་མིན་འདུ་བྱེད་དུ་རྒྱུ་པར་  
 བཞག་པའི་ཚུལ་ནི་དེ་ལྟར་ལྟའོ། །ཚེགས་གསུམ་རྒྱུ་པར་བཞག་པ་འདི་ལ་རྟེན་  
 བས་བསྟན་བཅོས་གྱི་རང་བཞིན་བདེ་བླག་དུ་ཡང་ཁོང་དུ་རྒྱུ་པར་འགྲུལ་ཏེ།  
 གནས་སྒྲུབས་དང་མཐར་བུག་གི་བླང་དོར་གྱི་དོན་སྟོན་པ་ནི་བསྟན་བཅོས་ཡིན་ལ།  
 དེ་ཡང་ཇི་སྐད་བཤད་པའི་མཚན་ནི་ད་ཅན་གྱི་ཚེགས་གསུམ་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱུ་  
 པར་འཛོག་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་ལ་སྟོགས་སྒྲུ་པའི་ཚུལ་ལ་བརྟེན་ནས་ཅུང་ཟད་རྒྱུ་པར་བཞག་ན།  
 སྒྲེས་བྱའི་འཇུག་ལྟོག་གི་དོན་གསལ་བར་བྱེད་པ་ན་བསྟན་བཅོས་ཡིན་ལ། དེ་ལ་  
 ཡང་གསལ་བྱེད་གྱི་རང་བཞིན་དང་། དེའི་རྟེན་དུ་གྱུར་པ་གཉིས་ཡིན་ལ། དང་པོ་  
 ལ་ཡང་ངོ་བོ་ཅུམ་གསལ་བར་བྱེད་པ་མིང་གི་ཚེགས་དང་། བྱེད་པར་གསལ་བར་  
 བྱེད་པ་ཚིག་གི་ཚེགས་གཉིས་ཡིན་མོ། །དེ་དག་གི་རྟེན་དུ་གྱུར་པ་ནི་ཡི་གེའི་ཚེགས་ཏེ།  
 ཡི་གེ་ལ་རྟེན་ནས་མིང་ཚིག་དག་ནི་བར་འདོགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གསལ་བྱེད་དངོས་  
 བོ་མ་ཡིན་ཏེ། ཡི་གེ་རྒྱུ་པའི་དོན་སྟོན་བྱེད་པ་ཡིན་མོ། །ཞེས་ལུང་དང་རིགས་པས་  
 སྒྲུབས་ཐོན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་ལ་བསྟན་བཅོས་རྩུལ་པ་པོའི་བརྗོད་འདོད་དང་། ལྷེ་རྒྱུ་ལ་སྟོགས་

པའི་རྩོལ་བ་དག་ལས་ཡི་གའི་ཚོགས་རྣམས་སྒྲིབ་པོའི་ཀུན་སྒྲོང་གི་རིམ་པ་རི་ལྟ་བུ་  
 བཞིན་དུ་སྒྲིབ་པ་ན་དེ་ཉིད་ཉན་པ་པོའི་ཉན་ཤེས་ཀྱི་རིམ་གྱིས་བློས་པ་ལ་མངོན་པར་  
 འདོད་པའི་དོན་གྱི་ངོ་བོ་དང་ཁྱད་པར་གསལ་བར་བྱེད་པའི་མིང་དང་ཚིག་ཏུ་སྒྲིབ་  
 འདོགས་པར་བྱེད་ལ། དེ་ལྟར་སྒྲིབ་པ་ཉགས་པའི་མིང་དང་ཚིག་གི་ཚོགས་དེ་དག་  
 ལས་ཀྱང་བསྟན་བཅོས་རྩོམ་པ་པོའི་མངོན་པར་འདོད་པའི་དོན་རྣམས་ཉན་པ་པོ་  
 རྣམས་ཀྱིས་རི་ལྟ་བུ་བཞིན་དུ་རྟོགས་པར་འགྱུར་བས་དེའི་ཕྱིར་ཉན་པ་པོ་རྣམས་ཀྱི་  
 རྟོག་པ་ལ་སྒྲིབ་པའི་སྒྲིབ་པའི་མཆོན་ཉིད་ཅན་གྱི་མིང་དང་ཚིག་གི་ཚོགས་རྣམས་ནི་  
 བསྟན་བཅོས་དངོས་ཡིན་ནོ། །རྩོམ་པ་པོའི་བརྗོད་འདོད་ལ་སྒྲིབ་པའི་མིང་ཚིག་  
 དག་ནི་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་གྱི་བསྟན་བཅོས་དངོས་ནི་མིན་དེ་གཞན་ལ་བསྟན་  
 བཅོས་ཀྱི་དོན་གསལ་བར་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དེ། འཆད་པ་པོའི་སློབ་དང་འབྲེལ་བས་  
 གཞན་གྱི་རྟོག་པ་ལ་མི་སྒྲིབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །རང་ཉིད་ལ་ནི་གསལ་བར་བྱེད་མི་  
 དགོས་དེ། དོན་དེ་དག་སྒྲིབ་ནས་རྟོགས་ཐོན་པས་དོན་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡི་གའི་  
 ཚོགས་དེ་དག་ཀྱང་བསྟན་བཅོས་དངོས་མ་ཡིན་དེ། དེ་དག་གིས་འཇུག་ལྡོག་གི་  
 དོན་མི་སྟོན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བཤད་ཐོན་དོ། །

དེ་ལྟ་ན་ཉན་པ་པོའི་སློབ་དང་འབྲེལ་བའི་མིང་ཚིག་དག་རྩོམ་པ་པོས་རི་  
 ལྟ་བུ་བྱས་པ་ཡིན་ཅེ་ན། རྩོམ་པ་པོས་བརྩམས་པའི་ཡི་གའི་ཚོགས་ཉན་ཤེས་ཀྱིས་  
 བློས་པའི་མཐུ་ལས་ཉན་པ་པོའི་སྒྲིབ་པའི་དེ་དག་ཀྱང་བྱུང་བས་དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་ཀྱང་  
 རྩོམ་པ་པོས་བྱས་ཞེས་བརྗོད་དེ། དཔེར་ན་གཞན་གྱིས་བསྟན་པའི་མཐུ་ལས་སྟུག་



བསྐྱེལ་སྒྲིལ་པ་ན་སྒྲུག་བསྐྱེལ་འདི་གཞན་གྱིས་བྱས་ཞེས་བརྗོད་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་  
ལྟ་ན་ཡང་བསྐྱེལ་བཅོས་བྱེད་པ་པོ་རང་ལ་ཐོས་པའི་ཉན་པ་པོའི་རྒྱད་དང་འབྲེལ་  
པའི་མིང་ཆོག་ཙམ་ཁོ་ན་བསྐྱེལ་བཅོས་ཡིན་པར་འགྱུར་གྱི་འཆད་པ་པོ་རྒྱད་པ་ལས་  
ཐོས་པའི་མིང་ཆོག་རྣམས་ནི་བསྐྱེལ་བཅོས་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་དག་བསྐྱེལ་  
བཅོས་བྱེད་པ་པོའི་ཡི་གེའི་ཆོགས་ཐོས་པའི་མཁུ་ལས་མ་བྱུང་བའི་བྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་  
ན་བསྐྱེལ་བཅོས་གྱིས་ནི་རྩོམ་པ་པོ་རང་གི་དངོས་གྱི་གདུལ་བུའི་དོན་ཙམ་ཞིག་བྱེད་  
པར་འགྱུར་གྱི་བྱིས་འདུག་གི་གདུལ་བུ་རྣམས་གྱིས་ནི་མ་ཡིན་པས་དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པའི་བཀའ་བསྐྱེལ་བ་བྱས་པ་དང་། བསྐྱེལ་བཅོས་བརྩམས་པ་གྲེགས་བམ་  
དུ་བཞོད་པ་སོགས་དོན་མེད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། ཉེས་པ་འདི་ནི་མེད་དེ་འདི་ལྟར།  
འཆད་པ་པོ་གཉིས་པས་བསྐྱེལ་བཅོས་འཆད་པར་བྱེད་པའི་ཡི་གེའི་ཆོགས་དེ་དག་  
ཀྱང་འཆད་པ་པོ་གཉིས་པས་བྱས་པ་མ་ཡིན་གྱི་འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན་འཆད་པ་པོ་དང་པོ་  
བསྐྱེལ་བཅོས་རྩོམ་པ་པོ་ཉིད་གྱིས་བྱས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལས་ཡི་གེའི་ཆོགས་དེ་  
རྣམས་ཇི་ལྟར་ཡོད་པ་དེ་ལྟར་དུ་ཐོས་པས་རྗེས་སུ་དྲན་པ་ལས་ཡི་གེའི་ཆོགས་དེ་  
རྣམས་གོ་རིམ་མ་འཆོལ་བར་འཆད་པ་པོ་གཉིས་པས་འཆད་པར་བྱས་པ་ཡིན་གྱི།  
གཞན་དུ་ན་ཡི་གེའི་ཆོགས་དེ་རྣམས་བསྐྱེལ་བཅོས་བྱེད་པ་པོས་ཇི་ལྟར་བསྒྲིགས་  
པའི་གོ་རིམ་དེ་ལྟར་དུ་འཆད་པར་མི་བྱས་པའི་བྱིར་རོ། །

ཇི་སྐད་དུ་རྣམ་འབྲེལ་ལས། སྒྲེལ་བ་ཡིས་ནི་གཞུང་གཞན་ཡང་། །མན་  
རག་ལས་གཞན་གཞན་དག་གིས། །འདོན་པ་གང་མཐོང་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

དེ་བས་ན་བསྟན་བཅོས་རྩོམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་ཡི་གེའི་གོ་རིམ་གྱི་བྱང་པར་གསར་  
 དུ་སྡེབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་གྱི་ཡི་གེའི་རོ་བོ་གསར་དུ་རྩོམ་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཡི་གེ་  
 རྣམས་ནི་བསྟན་བཅོས་རྩོམ་པ་པོའི་སྒྲ་རྒྱུ་ལ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་ཡང་ཡི་གེ་རྣམས་ཀྱིས་རྫས་ཀྱི་རོ་བོ་གདོད་མ་ནས་མི་འགྱུར་བར་ཡོད་  
 པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ལྷེ་རྒན་ལ་སོགས་པའི་རྩོལ་བ་དོན་མེད་པར་བཤམ་བའི་ཕྱིར་རོ། །  
 རིགས་ཅུམ་ཞིག་གདོད་མ་ནས་མེད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། གལ་ཏེ་ཡི་གེ་རྣམས་ཀྱི་  
 བྱེད་པ་པོ་ཞིག་ཡོད་ན་ནི་དེའི་སྒྲ་ཡི་གེ་རྣམས་མེད་པར་འགྱུར་ལ་དེ་ལྟར་བརྗོད་  
 པའི་བྲ་སྟངས་ཆད་པར་བཤམ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། དེ་བས་ན་བརྗོད་པའི་བྲ་སྟངས་  
 ཐོག་མ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཡི་གེ་ལ་ཐོག་མ་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །ཕྱི་རོལ་བ་དག་སྒྲུའི་ཆར་ས་  
 པ་མ་བྱས་པ་དང་རྟག་པར་འདོད་པའི་ལབུལ་གཞི་ཡང་འདི་ཡིན་ནོ། །

གང་གི་ཕྱིར་བསྟན་བཅོས་བྱེད་པ་པོ་དག་གིས། ཡི་གེའི་གོ་རིམ་གསར་དུ་  
 སྡེབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར་ཡི་གེ་རྣམས་རྩོམ་པ་པོས་རྗེ་ལྟར་སྡེབས་པ་ལྟར་  
 གྱི་གོ་རིམ་མ་འཆོལ་བར་འདོན་པ་ནི་རྩོམ་པ་པོ་དེ་ཉིད་ལ་རག་ལས་པ་ཡིན་ལ།  
 གང་གི་ཆེ་སྒྲིམ་བུ་གཞན་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཡི་གེ་རྣམས་རྩོམ་པ་པོས་རྗེ་ལྟར་  
 བསྡེབས་པ་ལྟར་གྱི་གོ་རིམ་མ་འཆོལ་བར་འདོན་པ་ན། ཆེ་གེ་མོས་བརྩམས་པའི་  
 བསྟན་བཅོས་འདོན་ནོ་ཞེས་པའི་བྲ་སྟངས་ཐོབ་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་བྲ་མལ་པ་  
 དག་གིས་སྒྲིགས་བཤམ་ལ་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་བཀའ་གྲོགས་པ་ན་ཡི་གེའི་གོ་རིམ་  
 དེ་ལྟར་དུ་གྲོགས་པ་ནི་སྒྲོན་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གསུངས་པའི་ཡི་གེའི་གོ་རིམ་དང་བྱང་

པར་མེད་པས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་གྲོག་ཞེས་པའི་བ་སྟངས་འབྲོབ་ལ། ཡི་གེའི་གོ་  
རིམ་དེ་ཉིད་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་སྡེ་བས་པས་དེ་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་ཞེས་པའི་བ་  
སྟངས་ཀྱང་བྲོབ་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་ན་སྦྱེས་བུའི་འདུག་ལྟོག་གི་དོན་གསལ་བྱེད་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་  
དངོས་ནི། ཉན་པ་པོའི་སྟོང་ར་འབྲེལ་བའི་མིང་ཆོག་རྣམས་ཡིན་ལ་དེ་དག་གི་སྟོ་  
གདགས་པའི་གཞི་ནི་བསྟན་བཅོས་བྱེད་པ་པོས་བསྡེ་བས་པའི་ཡི་གེའི་ཆོགས་གོ་  
རིམ་ཁྱད་པར་ཅན་དང་ལྟན་པ་རྣམས་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་འདི་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་  
རང་བཞིན་རྣམ་པར་བཞག་པ་ཁ་ན་མ་གྲོ་བ་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །སོ་སོ་སྦྱེ་བོ་ནི།  
འཕགས་པའི་ཆོས་ཟག་པ་མེད་པའི་ལས་མ་གྲོ་བ་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱད་ལ་  
གདགས་སོ། །འདུག་པའི་སྟངས་ཅིག་མ་གཅིག་གསལ། རྒྱད་ཆད་པ་ལ་མིགདགས་ཀྱི། འོན་  
ཀྱང་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་སྟངས་ཅིག་ཀྱང་རྒྱན་མི་འཆད་པར་འདུག་པ་ལ་གདགས་སོ། །  
སོ་སོར་ངེས་པ་ནི་རྣམ་སྒྲིན་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱ་ནི་ལེགས་པར་སྟུང་པའོ། །མི་  
འདོད་པ་རྣམས་ཀྱི་ནི་ཉེས་སྟོང་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་སོ་སོ་བ་དང་  
པ་ལ་གདགས་སོ། །འབྲོར་འབྲེལ་ནི་སྒྲིན་པས་ལོངས་སྟོང་སྟུན་སུམ་ཆོགས་པ་ལྟ་  
བུ་རྒྱ་དང་རྗེས་མ་སྟུན་པར་འབྲས་བུ་འབྲུང་བ་ལ་གདགས་སོ། །འབྲོགས་པ་ནི་རྒྱ་  
དང་འབྲས་བུ་བར་མ་ཆད་པར་སྟུར་བར་འབྲུང་བ་ལ་གདགས་སོ། །གོ་རིམ་ནི་རྒྱ་དང་  
འབྲས་བུ་ཅིག་ཅར་དུ་འབྲུང་བ་ལ་མ་ཡིན་གྱི་རེ་རེ་ནས་འབྲུང་བ་ལ་གདགས་སོ། །  
དུས་ནི་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་རྒྱན་དུ་འབྲུང་བ་ན་བྱུང་ལ་འགགས་པ་རྣམས་ལ་ནི་འདས་



པ་ཞེས་དང་། རྒྱ་ཡོད་ལ་མ་བྱུང་བ་ལ་ནི་མ་འོངས་པ་ཞེས་དང་། བྱུང་བ་ལ་མ་  
འགགས་པ་རྣམས་ལ་ནི་ད་ལྟར་བའི་དུས་ཞེས་གདགས་སོ། །ཡུལ་ནི་ཤར་ལ་  
སོགས་པ་ཕྱོགས་བརྒྱ་ཐམས་ཅད་ན་གཟུགས་ཅན་གྱི་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་ཡོད་པ་ལས་  
གདགས་སོ། །གཟུགས་མེད་པ་དག་ལ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་གིས་ཕྱོགས་ལ་བྱུང་  
བར་བྱེད་མི་རྣམས་བའི་ཕྱིར་རོ། །གྲངས་ནི་འདུ་བྱེད་རྣམས་སོ་སོ་བྱ་དད་པ་ལ་  
གདགས་ཀྱིས་བྱ་དད་པ་གཅིག་གི་བདག་ཉིད་ལ་ནི་གཉིས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
བའི་གྲངས་མི་འབྲད་བའི་ཕྱིར་རོ། ། ཆོགས་པ་ནི་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་འཁྱེད་རྣམས་  
འདུས་ཤིང་མ་ཆར་བ་མེད་པ་ལ་ཆོགས་པ་ཞེས་གདགས་སོ། །དེ་ལྟར་ན་སེམས་  
དང་ལྷན་པ་མ་ཡིན་པའི་འདུ་བྱེད་འདི་རྣམས་ནི་ཆོས་རྣམས་ཀྱིས་གནས་སྐབས་  
ཀྱིས་བྱུང་བར་ལ་གདགས་པས་བཏགས་པར་ཡོད་པར་རིག་པར་བྱའོ། །འདུ་བྱེད་  
ཀྱི་ལུང་པོ་བཤད་ཟིན་ཏོ། ། །

དེའི་འོག་ཏུ་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ལུང་པོ་གཏན་ལ་དབབ་པར་བཞེད་ནས།  
རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ལུང་པོ་རྣམ་པར་བཞག་པ་གང་ཞེ་ན། ཞེས་སྒྲིམ་སོ། །དེ་ལ་རྣམ་  
གྲངས་ཀྱི་མདོར་བསྟན་པ་དང་། དེ་ཉིད་རྒྱས་པར་བཤད་པ་གཉིས་ལས། དེ་ཞིག་  
རྣམ་གྲངས་བསྟན་པའི་ཕྱིར། སེམས་དང་ཡིད་གང་ཡིན་པ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡང་དེ་  
ཡིན་ཅོ། །ཞེས་སྒྲིམ་ཏེ། རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་ནི་དམིགས་པ་སོ་སོར་རྣམ་པར་རིག་  
པས་ན་རྣམ་ཤེས་ཞེས་བྱ་ལ། སྒྲ་ཆོགས་ཀྱི་ཕྱིར་སེམས་ཞེས་བྱ་ལ། དེ་མ་བྱུང་བའི་  
སེམས་ཀྱིས་རྟོག་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཡིད་ཅེས་གྲུང་བྱའོ། །དེ་ནི་ཀུན་གཞི་དང་ཉོན་མོངས་

པ་ཅན་གྱིས་ཡིད་རྣམ་པར་མ་བཞག་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་འདུག་པའི་རྣམ་ཤེས་  
 རྟག་གིས་རིགས་ལ་བསམས་ནས་དེ་དག་གི་རྣམ་གྲངས་སུ་བཤད་པ་ཡིན་གྱི་ཡང་  
 དག་པར་དེ་དག་ནི་སེམས་དང་ཡིད་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་གི་སྐྱེའི་དོན་མེད་པའི་ཕྱིར་  
 ཏེ་འདི་ལྟར། ལྷ་ཆོགས་པའམ། བསགས་པའི་དོན་གྱིས་སེམས་ཞེས་བྱ་ལ། རྟག་  
 ཏུ་རར་རྫོམ་སེམས་པས་ན་ཡིད་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ན། འདུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
 རྣམས་ནི་སྐྱད་ཅིག་རེ་རེ་ལ་དམིགས་པ་སོ་སོར་ངེས་པ་གཅིག་ལ་དམིགས་པའི་  
 ཕྱིར་ལྷ་ཆོགས་ཞེས་མི་བྱ་ལ། དབང་ཤེས་ལྷ་ལ་རར་སེམས་པ་མེད་ཅིང་ཡིད་གྱིས་  
 ཤེས་པ་ཡང་རྟག་ཏུ་རར་འཛིན་པར་མི་བྱེད་པས་དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་ལ་ཡིད་ཅེས་གྲུང་  
 མི་བྱའོ། །དེའི་ཕྱིར་ཡང་དག་པར་ན་སེམས་ནི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཉིད་  
 ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་འདུ་བྱེད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བག་ཆགས་སྒོ་བའི་གཞིར་གྱུར་པས་ལྷ་  
 ཆོགས་པའམ་དུ་མ་བསགས་པའི་རར་བཞེན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡིད་ནི་ཉོན་  
 མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་དུས་རྟག་ཏུ་རར་རྫོམ་སེམས་པའི་བདག་  
 ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

རྣམ་གྲངས་དེ་ཉིད་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་རེ་ཞིག་སེམས་བཤད་པ་ནི་  
 སེམས་ཞེས་སྒྲོས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི། ས་བོན་ཐམས་ཅད་པའི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་  
 པར་ཤེས་པ་ཉིད་ལ་བྱའོ། །དེའི་འབྲུག་པ་ནི། དེ་ནི་ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་ཆོས་དེ་  
 དག་གིས་བག་ཆགས་བསགས་པའི་རར་བཞེན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་རྒྱ་མཚོ་  
 ཡང་ཀུན་གཞི་དེ་ཉིད་ལ་ལུང་པོ།ཐམས་དང་སྒྲེ་མཆོད། དག་མི་དག་ལུང་མ་བསྟན་

དུ་འགྱུར་བ་རྣམས་ཀྱིས་རང་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་འབྲས་བུ་སྐྱེད་པའི་ནུས་པའི་  
 རོ་བོར་གྱུར་པའི་བག་ཆགས་ཀྱིས་ཡང་དང་ཡང་དུ་ཡོངས་སུ་བསྐྱོས་ཤིང་གསོས་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །ས་བོན་བམས་ཅད་པའི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཞེས་སྒྲིམ་པ་  
 གང་ཡིན་པ་འདི་ནི་རྣམ་གྲངས་དང་། རང་གི་མཚན་ཉིད་དང་། རྒྱུ་བྱེད་ཀྱི་ལུང་  
 རིགས་དང་། རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་དང་། རྣམ་པ་བཞེས་རིག་པར་བུའོ། །

རྣམ་གྲངས་ཀྱང་རྣམ་པ་གསུམ་ཏེ། འདི་ལྟར་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་བྱུང་མོངས་མ་  
 ཡིན་པ་ལ་གྲགས་པ་དང་། ཉན་ཐོས་ཀྱིས་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་གྲགས་པ་དང་། གཉིས་  
 ཀ་ལ་གྲགས་པའོ། །དང་པོ་ལ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་སྡེ་དག་ལས་སེམས་དང་།  
 ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་། རྣམ་པར་སྒྲིམ་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་། ལེན་  
 པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་། ཤེས་བྱའི་གནས་ཞེས་གྲགས་པ་རྣམས་རྣམ་གྲངས་  
 ཡིན་ནོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་ཉིད་ལ་སེམས་ཞེས་བྱ་ཞེ་ན། བཅོམ་ལྷན་  
 འདས་ཀྱིས་སེམས་དང་ཡིད་དང་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཞེས་གསུངས་པ་ན། ཡིད་ནི་  
 ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱིས་ཡིད་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་འདུག་པའི་རྣམ་ཤེས་དུག་  
 ལ་བྱ་བར་རིགས་ན་ཀུན་གཞིའི་ལས་གཞན་པའི་སེམས་ཞེས་པའི་ལུས་གསུམ་པ་  
 མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་དང་། །ཀུན་གཞིའི་ནི། བག་ཆགས་བསགས་པའི་རང་  
 བཞིན་ཡིན་པས་སེམས་ཉིད་དུ་རིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅིའི་ཕྱིར། ཀུན་གཞིའི་རྣམ་  
 ཤེས་ཞེས་བྱ་ཞེ་ན། རྒྱུ་བཅན་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་ཆོས་བམས་ཅད་འབྲས་  
 བུའི་དངོས་པོར་དེ་སྒྲོར་བའམ་དེ་ཡང་རྒྱུའི་དངོས་པོར་དེ་དག་ཏུ་སྒྲོར་བའི་ཕྱིར་





ཅིའི་ཕྱིར་རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་རྣམ་ཤེས་ཞེས་བྱ་ཞེ་ན། འདི་ནི་སྒྲོན་བསགས་པའི་  
 ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པའི་ངོ་བོར་གྱུར་པའི་ཕྱིར་དེ། འདི་ལྟར་སྒྲེས་  
 རས་མ་གྱི་བར་དུ་རྒྱན་མ་འཆད་པར་མ་སྒྲིབས་ལ་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པའི་ངོ་བོར་  
 གནས་པ་ཞིག་རྣམ་པར་སྒྲིན་པར་རིགས་ན་དེ་ཡང་ཀུན་གཞི་ལས་གཞན་ལ་མི་  
 འབྲད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅིའི་ཕྱིར་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་ལ་སྒྲེས་ནས་མ་གྱིའི་བར་དུ་རྒྱན་མི་  
 འཆད་པ་ཞིག་དགོས་ཞེ་ན་ཅི་སྟེ་འདུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དག་བཞིན་དུ་རེས་  
 འགའ་བར་ཆད་ཅིང་སྒྲར་ཡང་འབྱུང་ན་དེ་ནི་ཆོ་འདིའི་རྒྱུན་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་གྱི་  
 སྒྲོན་གྱི་ལས་ཀྱི་འཕེན་བས་འཕངས་པ་ནི་མ་ཡིན་དེ། ལས་ཀྱིས་འཕངས་པ་དག་ནི་  
 རི་སྒྲིད་ལས་དེའི་འཕངས་པའི་ཤུགས་མ་རྫོགས་ཀྱི་བར་དུ་རང་གིས་འདུག་པར་  
 རིགས་དེ། དཔེར་ན་མདའ་འཕངས་པ་རི་སྒྲིད་ཤུགས་མ་ཟད་གྱི་བར་དུ་ས་ལ་མི་  
 ལྟུང་བ་བཞིན་ནོ། །རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་ནི་ཆད་ནས་སྒྲར་ཡང་འཆམས་སྒྲོར་བ་ཡང་མ་  
 ཡིན་དེ། འཕེན་བྱེད་གྱི་ཤུགས་མ་ཟད་ན་རྒྱན་མི་འཆད་ཅིང་ཟད་ན་ཤུགས་ཟད་པའི་  
 མདའ་བཞིན་དུ་སྒྲར་འབྱུང་བའི་མཐུ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅི་སྟེ་ལས་མི་འདྲ་བ་  
 གཞན་གྱི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་གཞན་མཆམས་སྒྲོར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་སྒྲེ་བ་རྗེས་པ་  
 ཡིན་གྱི་སྒྲེ་བ་གཅིག་ལ་རྣམ་སྒྲིན་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་སྒྲིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །  
 དེའི་ཕྱིར་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་ནི་སྒྲེས་ནས་མ་གྱིའི་བར་དུ་རྒྱན་མི་འཆད་པར་རིགས་པ་  
 ཡིན་ནོ། །

ཅིའི་ཕྱིར་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་མ་སྒྲིབས་ལ་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་ཡིན་ཅི་ན། ཅི་

སྟེ་སྟོན་བྱས་པའི་ལས་དག་བཤམ་མི་དག་བའི་ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྟོན་པ་ཡང་དག་  
བཤམ་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་དུ་འགྱུར་ན། དག་བའི་རྣམ་པར་སྟོན་པ་ལ་གནས་པ་ནི་  
སྟེས་ནས་མ་གྱིད་བར་ལ་རྒྱད་དག་བའི་རང་ལས་གནས་པའི་ཕྱིར་ཆགས་སོགས་  
ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་སྟེ་བའི་གོ་སྐབས་མི་རྟོན་ལ་དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་ལྟོག་པའི་  
དོན་དུ་གཉེན་པོ་ལ་འབད་མི་དགོས་ཤིང་། དག་བ་རྣམས་ནི་རང་གི་རང་གིས་  
འབྱུང་བས་དེ་དག་སྐྱབ་པ་ལ་ཡང་འབད་མི་དགོས་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་མི་  
དག་བའི་རྣམ་པར་སྟོན་པ་ལ་གནས་པ་རྣམས་ལ་ཡང་ངི་སྟོན་མཆོད་བར་མི་དག་  
བ་རྣམ་སྟོན་གྱི་རོ་བོར་རང་གི་རང་གི་གནས་པའི་ཕྱིར་གཉེན་པོ་འདུག་པའི་གོ་  
སྐབས་མེད་ཅིང་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་སྟོང་བའི་བྲབས་མེད་དོ། །དེ་ལྟར་  
ན་འགྲོ་བ་རྣམས་སྟོགས་གཉིས་ལ་མཐའ་གཅིག་དུ་གནས་པར་འགྱུར་དེ་འདི་ལྟར་  
ཁ་ཅིག་ནི་དག་བ་ཁོ་ན་ལའོ། །གཞན་དག་ནི་མི་དག་བ་ཁོ་ན་ལའོ། །དེ་ལ་གང་  
ཞིག་དག་བ་ཁོ་ན་ལ་གནས་པ་དེ་དག་ལ་མི་དག་བ་སྟང་མི་དགོས་ཤིང་དག་བ་སྐྱབ་  
མི་དགོས་སོ། །གང་དག་མི་དག་བ་ལ་མཐའ་གཅིག་དུ་གནས་པ་དེ་དག་ལ་ནི་དག་  
བ་སྐྱབ་མི་རུས་ཤིང་། མི་དག་བ་སྟང་མི་རུས་པར་འགྱུར་རོ། །

དེའི་ཕྱིར་རྣམ་པ་ཀུན་དུ་སྟང་དོར་ལ་འདུག་པ་དོན་མེད་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ། །  
ཐོག་བསྟུས་ལས་ཀྱང་རྣམ་པར་སྟོན་པ་ཡང་དག་བཤམ་མི་དག་བར་འགྱུར་ན་ཀུན་  
ནས་ཉོན་མོངས་པ་ལྟོག་པར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་རྣམ་  
པར་སྟོན་པ་ནི་མ་སྟོབས་ལ་ལུང་མ་བསྟན་ཁོ་ནར་འབད་པ་ཡིན་ནོ། ། ཅིའི་ཕྱིར་



ལེན་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་ཞེ་ན། འདིས་ལུས་མ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པར་བྱེད་པ་  
དང་། ཐོབ་ཐོབ་ཀྱི་ལུས་གནས་པར་བྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ལུས་མ་ཐོབ་པ་  
ཐོབ་པར་བྱེད་ཅེ་ན། འདིས་བར་དོའི་སྤྱིད་པ་ནས་སྒྲི་བའི་སྤྱིད་པར་ཉིང་འཆམས་  
སྒྲིར་བ་སྒྲིལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཐོབ་ཐོབ་གནས་པར་བྱེད་ཅེ་ན། སྒྲིས་ནས་ས་  
ཤིའི་བར་དུ་དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་རྣམས་ཀྱང་གཞིས་ཉེ་བར་བབུང་བའི་མཐུས་  
ས་ཞིག་པར་འདུག་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་ཅིའི་ཕྱིར་ཤེས་བྱའི་གནས་ཞེས་བྱ་ཞེ་ན།  
ཤེས་བྱའི་མཆོད་ཉིད་རོ་པོ་ཉིད་རྣམ་པ་གསུམ་གྱི་གནས་སུ་གྱུར་བའི་ཕྱིར་དེ། མཆོད་  
ཉིད་གསུམ་པོ་བདེ་སྒྲག་ཏུ་རྟོགས་པ་འདི་ཁོར་དུ་རྒྱུད་པ་ལ་སྒྲིས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་  
ལ་ལུང་ཡང་ཡོད་དེ། དགོངས་པ་རེས་པར་འགྲེལ་བ་ལས། །ལེན་པའི་རྣམ་པར་  
ཤེས་པ་ཟབ་ཅིང་ལྷ། །ས་བོན་ཐམས་ཅད་རྒྱུ་བའི་རྒྱུན་བཞིན་བབ། །བདག་ཏུ་རྟོག་  
པར་གྱུར་ན་མི་རུང་ཞེས། །འདི་ནི་བྱིས་པ་རྣམས་ལ་རས་མ་བསྟན། །ཞེས་གསུངས་  
པ་སྟེ། །དེ་ལ་ལེན་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་འབྲས་བུའི་རང་  
བཞིན་རྣམ་སྒྲིན་དང་། རྒྱུའི་རོ་པོ་ས་བོན་གྱི་ཆ་གཉིས་ཡིན་ལ། དང་པོ་ནི་ཟབ་པ་  
ཡིན་དེ། འཇིག་རྟེན་གྱི་མཐས་པ་རྣམས་ཀྱིས་རྟོང་དཔག་པར་མི་རུས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་ནི་ལྷ་བ་ཡིན་དེ་རྣམས་སུ་མེད་པས་དེ་ཉིད་དང་གཞན་དུ་བརྗོད་  
པར་མི་རུས་པར་བརྟགས་པར་དགའ་བའི་ཕྱིར་རོ། །རྣམ་པ་གཅིག་ཏུ་ན་ཐོས་  
བསམ་ལས་བྱུང་བ་དང་། སྒྲི་བས་ཐོབ་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་མདོན་སུམ་དུ་བྱ་བར་མི་  
རུས་པའི་ཕྱིར་ཟབ་པ་ཡིན་ལ། འཇིག་རྟེན་པའི་སྒྲིམ་བྱུང་གིས་ཀྱང་མདོན་སུམ་དུ་

[illegible]

འདི་ནི་གྱིས་པ་ཅན་གྱིས་དང་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་ཅན་རྣམས་ལ་  
 རང་གི་མཆན་ཅིང་ཇི་ལྟ་བུ་བཞིན་དུ་སྒྲོས་པའི་སྒྲོན་ས་མ་བསྟན་ཏེ། དེ་དག་ལ་འདི་  
 བསྟན་མི་དགོས་ཤིང་། བསྟན་ན་ཅིས་དམིགས་སུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཅིའི་ཕྱིར་  
 བསྟན་མི་དགོས་ཞེ་ན། འདི་ནི་ཤེས་བྱ་ཕྱ་མོས་བསྟུས་པའི་ཕྱིར་དང་། དེ་དག་གྱུར་  
 ཤེས་བྱ་རྒྱ་ཆེན་ཤེས་པ་ལྟར་མི་ལེན་པའི་ཕྱིར་རོ། །བསྟན་ན་ཅིས་དམིགས་སུ་ཡང་  
 འགྱུར་ཏེ། ལུས་ལེན་པ་དང་རྒྱན་གྱིས་འདུག་པ་ལ་སོགས་པ་ཅིང་གྱིས་བདག་དང་  
 ཆོས་མཐུན་པའི་ཕྱིར། བདག་ཡོད་དོ་སྟེན་དུ་བསམས་ནས་རང་གི་མདོན་པར་  
 འདོད་པའི་འབྲས་བུ་རྣམས་པར་གྲོལ་བ་གོབ་པ་ལས་རིང་དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །

ཅིའི་ཕྱིར་ཉན་ཐོས་ཀྱི་བྲེག་པར་སེམས་དེ་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའམ། ལེན་  
 པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཞེས་མ་བསྟན་ཅེན། དེ་ནི་ཤེས་བྱ་ཕྱ་མོས་བསྟུས་པའི་ཕྱིར་ཏེ།  
 འདི་ལྟར་ཤེས་བྱ་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། རགས་པ་དང་ཕྱ་བའོ་དེ་ལ་ཕྱ་མོ་ནི་སྤྱིའི་  
 མཆོན་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ཆོས་ལ་བདག་མེད་པ་དང་། རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་  
 ཤེས་པར་དཀའ་བ་ཉིད་ཀྱིས་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའོ། །

རགས་པ་ནི་སྤྱིའི་མཆོན་ཉིད་སྒྲོ་ནས། གང་ཟག་ལ་བདག་མེད་པ་དང་།  
 རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་གཟུགས་ལ་སོགས་པའོ། །དེ་ལ་ཉན་ཐོས་རྣམས་ནི་  
 སྤྱིའི་མཆོན་ཉིད་དང་། རང་གི་མཆོན་ཉིད་རགས་པ་ཁོ་ན་ལ་ཐོས་པ་དང་། བསམ་  
 པས་གོམས་པར་བྱས་པས་གོ་རིམ་བཞིན་དུ། འཕགས་པའི་མཉམ་བཞག་དང་དེའི་  
 རྗེས་ལ་ཐོབ་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་མདོན་སུམ་དུ་བྱ་བར་རྟུས་པས། དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་ལ་  
 ཤེས་བྱ་རགས་པ་ཁོ་ན་བསྟན་ཀྱི་ཕྱ་བ་ནི་མ་ཡིན་ཅོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཞེན་དེ་དག་ནི་  
 ཤེས་བྱ་ཤེས་པ་ལ་གཙོ་བོར་ཞུགས་པ་མ་ཡིན་ཀྱི། ཟུང་ན་ལས་འདས་པ་མདོན་དུ་  
 བྱ་བ་ལ་གཙོ་བོར་ཞུགས་པའི་ཕྱིར་དང་། སྒོ་མི་གསལ་བས་ཤེས་བྱ་ཕྱ་མོ་རྟོགས་  
 པར་མི་རྟུས་ཀྱི་རགས་པ་ཙམ་ཤེས་པར་རྟུས་ལ་དེ་ཙམ་གྱིས་ཀྱང་རང་གི་རྣམ་པར་  
 གོལ་བ་འགྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ནི་ཤེས་བྱ་བསམས་ཅད་  
 ཤེས་པར་བྱ་བ་ལ་ཞུགས་པ་ཡིན་ལ། གང་གི་ཆེ་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
 བསྟན་པ་མེད་པར་ཡང་འདི་ཤེས་བྱའི་གནས་སུ་གྱུར་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཤེས་བྱའི་མཆོན་  
 ཉིད་རོ་བོ་ཉིད་གསུམ་ལ་སོགས་པ་བདེ་སྒྲག་ཏུ་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་མི་འགྱུར་ལ། དེ་



དག་ཐོས་བསམ་གྱིས་ཁོང་དུ་རྩུབ་ཅིང་སྒྲོམ་བྱུང་གིས་གོམས་པར་མ་བྱས་པར་ཡང་  
 ཐམས་ཅད་མ་ཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཐོབ་པར་སྒྲུབ་པ་མ་ཡིན་པས་དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་ཁོ་ན་  
 ལ་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་གྲགས་པའི་  
 རྣམ་གྲངས་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པར་གྲགས་པའི་རྣམ་གྲངས་བསྟན་པར་བྱ་སྟེ། འདི་  
 ལྟར་གཅིག་ལ་འབྲོས་པའི་ལུང་དེ་བཞིན་གསེགས་པ་འབྱུང་བའི་པན་ཡོན་རྣམ་པ་  
 བཞིའི་མདོ་ལས། སྒྱེ་དགུ་ཀུན་གཞི་ལ་ཀུན་དུ་དགའ་བ། ཀུན་གཞི་ལ་དགའ་བ།  
 ཀུན་གཞི་ལ་ཡང་དག་པར་འབྱུང་བ། ཀུན་གཞི་ལ་མའོན་པར་དགའ་བ་ཅན་དག་ལ།  
 ཀུན་གཞི་ཡང་བའི་ཕྱིར་ཆོས་བསྟན་ན་ཉན་འདོད་ལ་རྣ་བ་གཏོད་དེ། ཀུན་ཤེས་  
 པར་བྱེད་པར་སེམས་ཉེ་བར་འཛིག་ཅིང་། ཆོས་ཀྱི་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་ཆོས་སྒྲུབ་ཏེ།  
 དེ་བཞིན་གསེགས་པ་འཛིག་ཏེན་དུ་བྱུང་ན་རོ་མཚར་མྱད་དུ་བྱུང་བའི་ཆོས་འདི་ཡང་  
 འཛིག་ཏེན་དུ་འབྱུང་ངོ་། །ཞེས་ཅི་སྐད་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། རྣམ་གྲངས་འདིས་  
 གྲུང་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལས་གཞན་སྒྱེ་དགུ་ཐམས་  
 ཅད་དགའ་ཞིང་ཉེ་བར་སྒྲུབ་པའི་གཞི་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དགོ་འདུན་པ་ལ་ཆེན་  
 པའི་ལུང་ལས་གྲུང་རྩ་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཞེས་འབྱུང་སྟེ། རྣམ་གྲངས་དེས་གྲུང་  
 དེ་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལས་འདུག་པའི་རྣམ་ཤེས་རྣམས་རྒྱུན་ཅི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་  
 འབྱུང་བས་གིང་སྒྲོན་པའི་རྩ་བ་ལྟར་རྩ་བའི་རྣམ་ཤེས་སུ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །

ས་སྟོན་སྟེ་པའི་ལུང་ལས་གྲུང་། ལམོར་བ་ཅི་སྤྱད་པའི་ལུང་པོ་ཞེས་འབྱུང་སྟེ།

རྣམ་གྲངས་དེས་ཀྱང་དེ་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། ལ་ལར་གཟུགས་དང་སེམས་རྒྱུ་ཆད་  
པར་སྒྲུང་ཡང་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་རྒྱུ་མི་འཆད་པས་དེ་ཉིད་འཁོར་བ་ཇི་སྟོན་  
པའི་ཡུང་པོར་འབྲང་པའི་ཕྱིར་རོ། །འཕགས་པ་གནས་བརྟན་པ་རྣམས་ཀྱི་ལུང་  
ལས་ཀྱང་། སྟོན་པའི་ཡན་ལག་ལྷ་བ་དང་། །ཤེས་པ་དང་ནི་གཏོད་པ་དང་། །གཡོ་  
བ་དང་ནི་རྟོགས་པ་དང་། །བདུན་པ་འཇུག་པར་བྱེད་པ་ཡིན། །ཞེས་འབུང་སྟེ། དེ་  
ལ་སྟོན་པའི་ཡན་ལག་ནི། ཀུན་གཞི་ལས་གཞན་དུ་མི་འབྲང་དེ། དེ་ལས་གཞན་པ་  
དག་གིས་ལུས་ལེན་པ་སོགས་བྱེད་པར་མི་རྣམས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ལྷ་བ་ལ་སོགས་པའི་  
ས་ནི་འཇུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དུག་དང་ཅི་རིགས་པར་སྒྲུང་རོ། །ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་  
གཉིས་ཀ་ལ་གྲགས་པ་ནི། འཁོར་འདས་ཀུན་གྱི་གཞི་བྱེད་པས་ཀུན་གཞི་ཞེས་བྱ་བ་  
ཡིན་ཅོ། །

རང་གི་མཆོན་ཉིད་རྣམ་པར་བཞག་པ་ལ། དངོས་དང་ཞར་ལ་འོངས་པ་  
གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་བསྟུས་པ་ལས། འདིའི་མཆོན་ཉིད་རྣམ་  
པར་བཞག་པ་ཇི་ལྟར་བལྟ་ཞེས། དེ་ནི་མདོར་བསྟུས་ན་རྣམ་པ་གསུམ་སྟེ། རང་གི་  
མཆོན་ཉིད་རྣམ་པར་བཞག་པ་དང་། རྒྱ་ཉིད་དུ་རྣམ་པར་བཞག་པ་དང་། འབྲས་བུ་  
ཉིད་དུ་རྣམ་པར་བཞག་པའོ། །དེ་ལ་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རང་གི་མཆོན་  
ཉིད་ནི་གང་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་ཆོས་བམས་ཅད་ཀྱིས་བག་ཆགས་ལ་རྟེན་  
ནས་ས་བོན་ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་དང་ལྷན་པས་དེ་སྟེ་བའི་རྒྱ་མཆོན་ཉིད་དོ། །དེ་ལ་  
རྒྱ་ཉིད་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ནི་དེ་ལྟར་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ས་བོན་བམས་ཅད་པ་

དེ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་ཆོས་དེ་དག་ཉིད་ཀྱི་རྒྱ་ཉིད་དུ་དུས་ཐམས་ཅད་དུ་ཉི་  
 བར་ལེན་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་འབྲས་བུ་ཉིད་དུ་རྣམ་པར་བཞག་པ་ནི་ཀུན་གཞིའི་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་ཆོས་དེ་དག་ཉིད་ཀྱི་ཐོག་མ་མེད་པའི་  
 དུས་ཀྱི་བག་ཆགས་ལ་རྟེན་ནས་བྱུང་བའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལ་དང་པོ་ནི། ས་བོན་  
 དང་རྣམ་སྤྲིན་གྱི་ཆ་གཉིས་སུ་ས་ཕྱེ་བར་ཀུན་གཞི་སྤྲིའི་རང་བཞིན་རྣམ་པར་བཞག་  
 པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ནི་ས་བོན་གྱི་ཆའི་མཚན་ཉིད་དོ། །གསུམ་པ་ནི་རྣམ་སྤྲིན་  
 གྱི་ཆའི་མཚན་ཉིད་རྣམ་པར་བཞག་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
 འདིའི་རྒྱ་ནི་ཅི་ངོ་བོ་གང་། དམིགས་པ་དང་རྣམ་པ་ནི་ཅི་འདྲ་ཞེན། ཀུན་གཞི་ནི་  
 གཉིས་ཏེ། རྣམ་པར་སྤྲིན་པའི་རང་བཞིན་དང་། ས་བོན་གྱི་རང་བཞིན་ནོ། །རྣམ་  
 པར་སྤྲིན་པའི་རང་བཞིན་གྱི་ཀུན་གཞིའི་རྒྱ་ནི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་ཆོས་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱི་བག་ཆགས་ཡིན་ནོ། །

བག་ཆགས་དེ་ཡང་རྣམ་པ་གསུམ་ཏེ། མཛོན་པར་བརྗོད་པའི་བག་ཆགས་  
 དང་། སྤྲིད་པ་ཡན་ལག་གི་བག་ཆགས་དང་། བདག་ཏུ་ལྟ་བའི་བག་ཆགས་སོ། །དེ་  
 ལ་བག་ཆགས་དང་པོ་ནི་འདིའི་རྒྱའི་རྒྱུ་ཡིན་ཏེ། ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་ངོ་བོ་  
 མཛོན་པར་འགྲུབ་པའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་ནི་བདག་པོའི་རྒྱུ་ཡིན་ཏེ།  
 ཀུན་གཞི་དེ་བདེ་འགྲོ་འམ་ངན་འགྲོར་འགྲུབ་པའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གསུམ་པ་ཡང་  
 བདག་པོའི་རྒྱུ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཉིད་བདག་གཞན་དུ་འབྱེད་པའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ས་  
 བོན་གྱི་རང་བཞིན་གྱི་ཀུན་གཞིའི་རྒྱ་ནི། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་ཆོས་དག་ག་



དང་ཉོན་མོངས་ཅན་དང་། མ་བསྐྱེབས་ལ་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་རྣམས་ཡིན་ཏེ། རྣམ་  
སྒྲིན་གྱི་རང་བཞིན་དང་། འདི་རྣམས་རྒྱད་གཅིག་ལ་སྒྱེ་འགག་ལྟན་ཅིག་ཏུ་བྱས་པ་  
ལས་འདི་འབྱུང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་གྲུག་བསྟན་ལས་ཀྱང་། རི་ལྟར་  
ཀྱན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་པ་དེ་  
ལྟར། ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱང་ཀྱན་གཞི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རྒྱ་  
རྒྱུན་དུ་རྣམ་པར་བཞག་སྟེ། རྒྱའི་རྒྱུན་གཞན་མི་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་  
གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལ་རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་རང་བཞིན་གྱི་ཀྱན་གཞིའི་རོ་བོ་ནི་ཤེས་རིག་གི་  
རང་བཞིན་ཡིན་པས་དམིགས་པ་དང་རྣམ་པ་དང་ལྟན་པ། ལུས་ལེན་པ་དང་གནས་  
པའི་བྱ་བ་བྱེད་པ་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བག་ཆགས་སྒྲོ་བའི་  
རྟེན་དུ་གྱུར་པ་དག་བའམ་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་སེམས་ལས་བྱུང་བ་གཞན་རྣམས་  
དང་མཚུངས་པར་མི་ལྟན་པས། མ་བསྐྱེབས་ལ་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་ཤིན་དུ་མི་གསལ་  
པའི་དམིགས་རྣམ་ཅན་ཡིན་པས་ཆོར་བ་བཏང་སྟོམ་ཁོ་ན་ཅན། ད་ལྟར་གྱི་ཀྱན་  
ནས་ཉོན་མོངས་པའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་བདག་པོའི་རྒྱུན་དུ་གྱུར་པ། རྟེན་ཁོག་པ་  
ཐམས་ཅད་ལ་བྱབ་པ་ཡིན་ནོ། །ས་བོན་གྱི་རང་བཞིན་གྱི་ཀྱན་གཞི་ནི་རྣམ་པ་ཅུ་མ་  
གྱི་རོ་བོར་གནས་ཀྱི་ཤེས་རིག་གི་རྩ་ས་སུ་མ་གྱུབ་པས་དམིགས་པ་དང་རྣམ་པ་མེད་  
པ་རྣམས་སྒྲིན་གྱི་ཆ་ལས་རྩ་ས་དེ་ཉིད་དང་གཞན་དུ་བརྗོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ། ཀྱན་  
ནས་ཉོན་མོངས་པའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་རྒྱའི་རྒྱུན་བྱེད་པའི་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་ནོ། །

དེ་བས་ན་འདི་གཉིས་ཀྱི་རྩ་ས་སོ་སོར་དམིགས་སུ་མེད་ཀྱང་། མཚན་ཉིད་  
 ཤིན་དུ་ཐ་དད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་པས་དེའི་ཕྱིར་སྤྲོ་རབས་པ་དག་གིས་འདི་གཉིས་རོ་བོ་  
 གཅིག་ལ་སྒྲིག་པ་ཐ་དད་པར་བཤད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ནི་ལེགས་པར་བཤད་  
 པ་མ་ཡིན་པར་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་དང་པོ་ནི། འདི་བྱིས་པ་རྣམས་ཀྱི་  
 བདག་ཏུ་སྦྱོར་བའི་གཞི་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཀུན་གཞི་ཡང་ཡིན་ལ། དམིགས་རྣམ་འཛིན་  
 བས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡང་ཡིན་ལ། ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པའི་རོ་བོར་  
 བྱུར་པའི་ཕྱིར་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་ཡང་ཡིན་ལོ། །དེའི་ཕྱིར་དེ་ལ་ནི་ཀུན་གཞི་ཞེས་  
 ཀྱང་བྱ། ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་དང་རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་རྣམ་ཤེས་ཞེས་ཀྱང་བྱའོ། །  
 ཕྱི་མ་ནི། འདིར་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་ཆོས་རྣམས་འབྲས་བུའི་དངོས་པོ་འཇམ་  
 འདི་ཡང་། དེ་དག་ལ་རྒྱུའི་དངོས་པོར་སྦྱོར་ཞིང་འདུ་བས་ཀུན་གཞི་ཉིད་ཡིན་གྱི་  
 ཤེས་རིག་མ་ཡིན་པས་ཀུན་བཞིའི་རྣམ་ཤེས་དང་། རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་རྣམ་ཤེས་ནི་  
 མ་ཡིན་ལོ། །ཡང་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གང་ཡིན་པ་རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་རྣམ་  
 ཤེས་ཀྱང་དེ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། ཆོག་སྤྲུལ་མ་དང་སྤྱུར་ཏེ། སོ་སོ་སྦྱེ་བོ་དང་ཐེག་དམན་  
 སྦྱོབ་པ་དང་། ས་བདུན་པ་མན་ཆད་ཀྱི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་རྣམ་ཤེས་རྣམས་ཁོ་ན་  
 ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་རྣམ་ཤེས་ཡིན་ལ་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་མ་ཡིན་པ་ཡོད་དེ།  
 ལུང་པོ་ལྷག་མ་དང་བཅས་པའི་གནས་སྐབས་དང་། ས་བརྒྱད་པ་ནས་དོ་རྩེ་ལྷ་བུའི་  
 བར་གྱི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་རྣམ་ཤེས་ནི་ཀུན་གཞི་མ་ཡིན་ཏེ། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་

པའི་ས་བོན་མ་ལུས་པ་བཅོམ་པས་དེ་དག་གི་རྒྱ་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དང་། ཉོན་མོངས་  
པ་ཅན་གྱི་ཡིད་སྤངས་པས་བདག་ཏུ་སྒྱུར་པའི་གཞི་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་དག་  
ལ་ཡང་རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་རྣམ་ཤེས་ཅུང་ཞིག་ཡོད་དེ། ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་  
རྒྱས་ནི་ཡུང་པོ་ལྷག་མ་མེད་པའི་མྱ་ངན་ལས་འདས་པ་མ་བོལ་བར་དུ་རྒྱན་མི་  
འཆད་པའི་ཕྱིར་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དབང་རྣམས་ཀྱི་ཡང་རྩི་སྤྱོད་ཤེས་སྒྲིབ་ཀྱི་  
ས་བོན་མ་ལུས་པ་མ་སྤངས་པ་དེ་སྤྱོད་དུ་མེ་ལོང་ལྷ་བུའི་ཡེ་ཤེས་གནས་གྲུབ་པ་མི་  
བོལ་པའི་ཕྱིར་རོ། །

རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་རང་བཞིན་གྱི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་དམིགས་  
པ་དེ་ཡང་གཟུགས་ཅན་གྱི་ཁམས་ན་ནི་གཉིས་ལ་འཇུག་སྟེ། འདི་ལྟར་ན་ལེན་པའི་  
རྣམ་པར་རིག་པ་དང་། བྱི་སྒྲོད་ཀྱི་རྣམ་པར་རིག་པ་འོ། །དང་པོ་ལ་ཡང་ཀུན་  
བརྟགས་ལ་ཞེན་པའི་བག་ཆགས་དང་། གནས་དང་བཅས་པའི་དབང་པོ་གཟུགས་  
ཅན་གཉིས་ཡིན་ལ། དེ་ལ་དང་པོ་ནི་འདིས་དབང་པོ་དང་བཅས་པའི་གཟུགས་ལེན་  
པར་བྱེད་པས། ལེན་པ་ཞེས་བྱ་ལ། གཉིས་པ་ནི་སྒྲུབ་བར་བྱ་བ་ཡིན་པས་ལེན་པ་  
ཡིན་འོ། །སྒྲོད་ཀྱི་རྣམ་པར་རིག་ནི། རི་ཁབ་བྱིས་ལ་སོགས་པ་བྱི་རོལ་ན་དབང་པོས་མ་  
བསྟུས་པར་སྒྲུབ་བ་གང་ཡིན་པ་འདི་དག་ཡིན་འོ། །

ཅིའི་ཕྱིར་གསུམ་པོ་འདི་དག་ཀུན་གཞིའི་དམིགས་པ་ཡིན་ཞེས། འདི་  
ལྟར་ཀུན་བརྟགས་པའི་རོ་བོ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པའི་བག་ཆགས་ཀྱི་རྒྱའི་རྒྱེན་བྱས་  
པ་ལས་རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རང་དང་གཞན་གྱི་རྒྱུད་དུ་གཏོགས་



པའི་དམིགས་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོར་སྒྲུབ་བ་དང་། རི་ཁང་བྱིམ་ལ་སོགས་པ་བྱི་  
 རོལ་སྒྲོད་ཀྱི་རྣམ་པར་སྒྲུབ་བ་སྟེ་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་བས་ན་ཀུན་བརྟགས་པ་ལ་ཞེན་  
 པའི་སྟོས་པའི་བག་ཆགས་ནི་རྣམ་པར་སྦྱིན་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དོན་དང་སེམས་  
 ཅན་དུ་སྒྲུབ་པའི་དམིགས་པ་དང་ལྡན་པར་སྟེད་བྱེད་ཡིན་པས་དེའི་བྱིར་དེའི་  
 དམིགས་པར་བཞག་སྟེ། དཔེར་ན་མདོ་སྟེ་པ་དག་ག་ཟུགས་སྟེ་ལ་སོགས་པའི་དོན་  
 རྣམས་དབང་པོའི་ཤེས་པ་ལ་དངོས་སུ་མི་སྒྲུབ་ཡང་དེ་དག་གིས་ཤེས་པ་བཟུང་བའི་  
 རྣམ་ལྡན་དུ་བསྟེད་པར་བྱེད་པས་དེའི་དམིགས་པར་འཛོག་པ་བཞིན་ནོ། །དབང་པོ་  
 ག་ཟུགས་ཅན་རྟེན་དང་བཅས་པ་དང་། བྱི་རོལ་གྱི་སྒྲོད་རྣམས་ནི། རྣམ་པར་སྦྱིན་  
 པའི་རྣམ་ཤེས་ཀྱིས་བཟུང་བར་བྱ་བ་ཡིན་པས་དེའི་བྱིར་དམིགས་པ་ཡིན་ནོ། །མིང་  
 གཞིའི་ལུང་པོ་གཞན་རྣམས་ནི་ཀུན་གཞིའི་བཟུང་ཆ་མ་ཡིན་ལ། དེའི་བྱིར་དེ་དག་  
 དེའི་དམིགས་པར་མི་བཞག་གོ། །

ག་ཟུགས་མེད་པའི་ཁམས་ན་ནི་ཀུན་བརྟགས་པའི་བག་ཆགས་ཁོ་ན་  
 དམིགས་པ་ཡིན་དེ། འདི་ལྟར་ཀུན་བརྟགས་པའི་བག་ཆགས་ཀྱི་རྒྱའི་རྒྱུན་དང་  
 རམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་སྟེ་མཆེད་ལ་སོགས་པའི་སྟོམས་འདུག་གིས་སྟུབས་པའི་མི་  
 གཡོ་བའི་ལས་ཀྱི་བདག་པོའི་རྒྱུན་ལས་ག་ཟུགས་མེད་བཞིར་སྟེས་པའི་རྣམ་པར་  
 སྦྱིན་པའི་རྣམ་ཤེས་རྣམས། དང་པོ་གཉིས་སུ་ནི་བཟུང་བྱ་ཆ་མེད་པའི་དམིགས་པ་  
 ཅན་དང་། བྱི་མ་གཉིས་སུ་བཟུང་བྱ་ཆ་ལྡན་པའི་དམིགས་པ་ཅན་  
 དུ་སྟེ་པའི་བྱིར་རོ། །ཅིའི་བྱིར་འདི་དག་ལ་ཡང་ནང་གི་དབང་པོ་དག་དང་། བྱི་རོལ་

གྱི་སྒྲོད་དག་མི་སྒྲུང་ཞེ་ན། ཅི་སྒྲེ་འདི་དག་ཀྱང་མིག་གཟུགས་ཅེས་པ་ལ་སོགས་ཕྱི་  
 དང་ནང་གི་གཟུགས་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་མདོན་པར་བཟོད་པའི་སྒྲོས་པའི་བག་  
 ཆགས་ཀྱི་རྒྱུའི་རྒྱུན་ལས་བྱུང་ན། དེའི་ཆེ་འདི་དག་ལ་ཡང་ཕྱི་དང་ནང་གི་གཟུགས་  
 རྣམས་སྒྲུང་བར་འགྱུར་ཞིང་། གཟུགས་མེད་པའི་ཁམས་སུ་ཡང་མི་འགྱུར་ཏེ། ཀུན་  
 གཞི་ལ་ཕྱི་ནང་གི་གཟུགས་སུ་སྒྲུང་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བས་ན་གཟུགས་མེད་  
 པའི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་རྣམ་ཤེས་འདི་དག་ནི་གཟུགས་ཅན་གྱི་མདོན་པར་བཟོད་  
 པའི་བག་ཆགས་ལས་བྱུང་བ་མ་ཡིན་གྱི་འོན་ཀྱང་ནམ་མཁའ་ལ་སོགས་པ་  
 གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་མདོན་པར་བཟོད་པའི་བག་ཆགས་ཀྱི་རྒྱུའི་རྒྱུན་དང་  
 སྒྲོན་ནམ་མཁའ་མཁའ་ཡས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པ་  
 ལ་དམིགས་པའི་སྒྲོམས་འཇུག་གི་བདག་པོའི་རྒྱུན་ལས་གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པ་ཁོ་  
 ནའི་དམིགས་པ་ཅན་དུ་སྒྲེ་བ་ཡིན་ནོ། །གང་གི་ཆེ་གཟུགས་མེད་པ་ནས་གཟུགས་  
 ཅན་གྱི་ཁམས་སུ་འཆི་འཕོ་བ་དེའི་ཆེ་རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་རྣམ་ཤེས་དེ་ཉིད་ལ་རྣམ་  
 པའི་ངོ་བོར་ཡོད་པའི་གཟུགས་ཅན་གྱི་སྒྲོས་པའི་བག་ཆགས་ཀྱིས་རྣམ་པ་ཡོངས་སུ་  
 བརྒས་ཏེ་དེའི་རྒྱུའི་རྒྱུན་ལས་ཕྱི་དང་ནང་གི་གཟུགས་སུ་སྒྲུང་བའི་རྣམ་པར་སྒྲིན་  
 པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཞན་འཆོམས་སྒྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །

དམིགས་པ་དེ་དག་ལ་རྣམ་པ་རིལ་ལུས་འཇུག་ཅེ་ན། རི་སྒྲིད་འཆོའི་བར་  
 དུ་གིན་དུ་མི་གསལ་བ་རྒྱན་མི་འཆད་པར་རོ་གཅིག་པ་ཉིད་དུ་འཇུག་པ་ཡིན་ནོ། །  
 ཅིའི་ཕྱིར་གིན་དུ་མི་གསལ་ཞེ་ན། རི་ལྟར་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཟུགས་ལ་

དམིགས་པ་སོགས་སྒྲིང་བའི་སྒྲོབས་ཀྱི་ངེས་པ་བཞིན་དུ། རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་རྣམ་  
 པར་ཤེས་པ་འདིས་ནི། རི་སྐད་བཤད་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་གྱི་ནང་གི་ལེན་པ་དང་།  
 ཕྱིའི་སྒྲོད་དག་ལ་དམིགས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་སྒྲིང་སྒྲོབས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བཅུད་  
 པར་མི་རྣམས་ཀྱི། གཞན་དུ་ན་འདིའི་དམིགས་པ་ནི་འདི་དག་ལས་གཞན་དུ་བྱད་པ་  
 མ་ཡིན་ལོ། །ཞེས་ལུང་དང་རིགས་པས་རྣམ་པར་བཞག་པ་ཙམ་དུ་བྱད་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 ཅིའི་ཕྱིར་རོ་གཅིག་པ་ཉིད་དུ་འཇུག་ཅེ་ན། སྒྲི་གནས་སུ་ཉིང་འཆམས་སྒྲོར་བའི་  
 སྐད་གཅིག་དང་པོ་དེ་ཉིད་ཀྱི་དམིགས་པ་དང་རྣམ་པ་ཅི་འདྲ་བ་དེ་འདྲ་བ་ཁོ་ནར་རི་  
 སྒྲིད་འཆོའི་བར་དུ་འཇུག་པར་འགྱུར་གྱི་དེ་ལས་དམིགས་པ་དང་རྣམ་པར་གཞན་  
 དུ་སྐད་ཅིག་གྱུར་མི་འགྱུར་བས་དེའི་ཕྱིར་དམིགས་པ་དང་རྣམ་པ་རོ་གཅིག་དུ་  
 འཇུག་པ་ཞེས་བྱའོ། །དེའི་ཕྱིར་དམིགས་པ་དང་རྣམ་པ་ཡོངས་སུ་མ་ཆད་པ་ཞེས་  
 གྱུར་བྱའོ། །

ཡང་ན་འདིའི་དམིགས་པ་རིས་སུ་མ་ཆད་པ་ཡིན་ཏེ་སྐད་ཅིག་རེ་རེ་ཞིང་ཕྱི་  
 རང་གི་དོན་ཀུན་ལ་རྟག་དུ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་འདི་ནི་དམིགས་པ་  
 དང་རྣམ་པ་ཡོངས་སུ་མ་ཆད་པ་ཞེས་བྱའོ། །འདིའི་དམིགས་པ་དང་རྣམ་པའི་  
 འཇུག་ཚུལ་རྒྱས་པར་ནི་རྣམ་པར་གཏན་ལ་དབབ་པ་བསྟུ་བ་ལས་གསུངས་ཏེ་རི་  
 སྐད་དུ། དེ་ལ་དམིགས་པས་འཇུག་པ་རྣམ་པར་བཞག་པ་གང་ཞེ་ན། མདོར་བསྟུ་ན།  
 ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་དམིགས་པ་རྣམ་པ་གཉིས་ཀྱིས་འཇུག་ཏེ། རང་གི་  
 ལེན་པ་རྣམ་པར་རིག་པ་དང་། ཕྱི་རོལ་གྱི་སྒྲོད་རྣམ་པ་ཡོངས་སུ་མ་ཆད་པ་རྣམ་



པར་རིག་པའོ། །དེ་ལ་ནང་གི་ལེན་པ་ནི་ཀུན་བརྟགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ལ་མངོན་  
པར་ཞེན་པའི་བག་ཆགས་དང་། རྟེན་དང་བཅས་པའི་དབང་པོའི་གཟུགས་སོ། །དེ་  
ཡང་གཟུགས་ཅན་གྱི་ཁམས་ནའོ། །གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པ་ནི་བག་ཆགས་ལེན་  
པ་ཁོ་ནར་ཟད་དོ། །དེ་ལ་ཕྱི་རོལ་གྱི་སྟོད་རྣམ་པ་ཡོངས་སུ་མ་ཆད་པ་རྣམ་པར་རིག་  
པ་ནི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་ལེན་པའི་དམིགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ལ་  
རྟེན་ནས་དག་དུ་རྒྱུན་ཅི་འཆད་པར་འཇིག་རྟེན་དང་སྟོད་གྱི་རྒྱུན་རྣམ་པར་རིག་པ་སྟེ།  
འདི་ལྟར་དཔེར་ན་མར་མེ་འབར་བ་ནི་སྟོང་པོ་དང་སྟུང་གྱི་རྒྱས་ནི་ནང་དུ་འཇུག་  
པར་འགྱུར་ལ། ཕྱི་རོལ་དུ་ནི་འོད་འབྱུང་བར་བྱེད་པ་བཞིན་དུ། ནང་གི་ལེན་པའི་  
དམིགས་པ་དང་ཕྱི་རོལ་གྱི་དམིགས་པ་འདི་ལ་ཡང་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་  
ཚུལ་འདི་དང་འདྲ་བར་བརྟུ་བར་བྱའོ། །

དམིགས་པ་དེ་ནི་འཇིག་རྟེན་གྱི་མཁས་པ་དག་གིས་ཀྱང་ཡོངས་སུ་དབྱད་  
པར་དཀའ་བའི་ཕྱིར་ལྟ་བུ་ཡིན་ཅོ། །དམིགས་པ་དེ་ནི་དག་དུ་ཡོད་པ་ཡིན་དེ། ལན་  
འགའ་གཞན་དུ་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ཅོ། །འོན་ཀྱང་དང་པོའི་སྐད་ཅིག་ལ་རྟེན་ནས་རི་  
སྟོང་མཆོའི་བར་དུ་རྣམ་པར་རིག་པ་རོ་གཅིག་པར་འཇུག་པར་འགྱུར་རོ། །ཀུན་  
གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་ནི་དམིགས་པ་ལ་སྐད་ཅིག་པ་ཡིན་པར་ལྟ་བར་བྱ་སྟེ།  
སྐད་ཅིག་པའི་རྒྱུན་གྱི་རྒྱུན་གྱིས་འཇུག་པ་ཡིན་གྱི། གཅིག་པ་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ཅོ། །  
ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་ཡང་འདོད་པའི་ཁམས་ནི་ཁྱད་དུ་འདོད་དམིགས་པ་  
ཅན་དུ་བརྟོད་པར་བྱའོ། །གཟུགས་གྱི་ཁམས་ནི་རྒྱ་ཆེན་པོར་གྱུར་པའི་དམིགས་

པ་ཅན་དུ་བརྗོད་པར་བྱའོ། །གཟུགས་མེད་པའི་ཁམས་ནས་སྤངས་པའི་མཐའ་ཡས་སྐྱེ་  
མཆེད་དང་རྣམ་ཤེས་མཐའ་ཡས་སྐྱེ་མཆེད་ན་ནི་རྒྱ་ཆེད་མེད་པའི་དམིགས་པ་ཅན་མོ། །  
ཅི་ཡང་མེད་པའི་སྐྱེ་མཆེད་ན་ནི་རྒྱ་ཕྱ་པའི་དམིགས་པ་ཅན་མོ། །འདུ་ཤེས་མེད་འདུ་  
ཤེས་མེད་མིན་སྐྱེ་མཆེད་ན་ནི་རྒྱ་ཤིན་ཏུ་ཕྱ་པའི་དམིགས་པ་ཅན་དུ་ལྟ་བར་བྱའོ། །  
ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་མོ། །དེ་དག་གི་དོན་མདོར་བསྡུས་པ་ནི་སུས་བཅུ་པ་ལས་  
ཀྱང་། དེ་ནི་ལེན་པ་དག་དང་གནས། རྣམ་པར་རིག་པ་མི་རིག་པ། ཞེས་གང་  
གསུངས་པ་ཡིན་མོ། །མཆོམ་ཉིད་གྱི་དོ་བོ་རྣམ་པར་བཞག་པ་བཤད་ཟེན་ཏོ། །

དེའི་འོག་ཏུ་ཞུར་ལ་འོངས་པ་དབྱེད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ཞེས་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་  
པར་ཤེས་པ་འཇུག་པ་དང་ཕྱོག་པའི་རྩལ་ནི། བསྡུ་བ་ལས་རི་སྐྱད་དུ། ཀུན་གཞིའི་  
རྣམ་པར་ཤེས་པ་འཇུག་པ་ནི་རྣམ་པ་བཞེས་རྣམ་པར་བཞག་ལ། ཕྱོག་པ་ནི་རྣམ་པ་  
གཅིག་གི་རྣམ་པར་བཞག་པར་རིག་པར་བྱ་སྟེ། འདི་ལྟ་སྟེ། དམིགས་པས་འཇུག་  
པ་རྣམ་པར་བཞག་པ་དང་། མཚུངས་པར་ལྡན་པས་འཇུག་པ་རྣམ་པར་བཞག་པ་  
དང་། གཅིག་གི་རྒྱུན་ཉིད་གཅིག་ཡིན་པས་འཇུག་པ་རྣམ་པར་བཞག་པ་དང་། ལྡན་  
གཅིག་དངོས་པོས་འཇུག་པ་རྣམ་པར་བཞག་སྟེ། རྣམ་པ་བཞི་པོ་དེ་དག་གིས་ནི་  
འཇུག་པ་རྣམ་པར་བཞག་ལ། རྣམ་པ་གཅིག་ནི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ཕྱོག་པ་  
རྣམ་པར་བཞག་པས་རིག་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་བཤད་པར་བྱའོ། །དེ་  
ལ་དམིགས་པས་འཇུག་པའི་རྩལ་ནི་བཤད་ཟེན་ཏོ། །

མཚུངས་པར་ལྡན་པས་འཇུག་པ་ནི། དེ་ཉིད་ལས། དེ་ལ་མཚུངས་པར་

ལྷན་པས་འཇུག་པ་རྣམ་པར་བཞག་པ་གང་ཞེ་ན། འདི་ལ་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པ་དང་མཚུངས་པར་ལྷན་པ་ནི། སེམས་དང་མཚུངས་པར་ལྷན་པ་ཀུན་འགྲོ་  
 ལྷ་པོ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་། རེག་པ་དང་། ཆོར་བ་དང་། འདུ་ཤེས་དང་། སེམས་  
 དཔའ་རྣམས་དང་མཚུངས་པར་ལྷན་ནོ། །ཆོས་དེ་དག་ཀྱང་རྣམ་པར་སྒྲིན་པས་  
 བསྐྱས་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་གྱི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་རྟོགས་པར་དཀའ་བའི་བྱིར་  
 སྤྲ་བ་དང་། གཏུན་དུ་དམིགས་པ་དག་གཅིག་ལ་མཚུངས་པར་འཇུག་པ་ཡིན་ནོ། །  
 སེམས་ལས་བྱུང་བ་དེ་དག་ལས་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་མཚུངས་པར་  
 ལྷན་པའི་ཆོར་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་གཅིག་ཏུ་སྒྲུག་བསྐྱལ་ཡང་མ་ཡིན་བདེ་བ་ཡང་  
 མ་ཡིན་པ་དང་། ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ནི་ད་ཀྱིས་དེ་ལས་གཞན་པའི་  
 སེམས་ལས་བྱུང་བའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱང་རྣམ་པར་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་  
 ཤིང་དེ་ནི་ད་ཀྱི་དོན་བསྐྱས་པ་སུམ་བུ་པ་ལས་ཀྱང་། ཏྲག་ཏུ་རེག་དང་ཡིད་བྱེད་  
 དང་། །རེག་དང་འདུ་བྱེད་སེམས་པར་ལྷན་། །དེ་ལ་ཆོར་བ་བཏང་སྟོམས་ཏེ། །དེ་ནི་  
 མ་སྒྲིབས་ལུང་མ་བསྟན་། །ཞེས་གང་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

ཡུལ་ངེས་པ་ལྷ་ནི། དམིགས་པ་རིས་སུ་ཆད་པ་ལ་དམིགས་པའི་བྱིར་འདི་  
 དང་མཚུངས་པར་སི་ལྷན་ལ། འདི་མཐའ་གཅིག་ཏུ་རྣམ་སྒྲིན་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་  
 ཡིན་པའི་བྱིར་། དག་པ་དང་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་སེམས་ལས་བྱུང་བ་གཞན་རྣམས་  
 དང་མཚུངས་པར་སི་ལྷན་ནོ། །གཅིག་གི་རྒྱུན་ནི་ད་ཡིན་པའི་འཇུག་པ་རྣམ་པར་  
 བཞག་པ་ཡང་། དེ་ནི་ད་ལས་དེ་ལ་ཀུན་གཞི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་ས་པོན་དང་ལྷན་



པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་རྟེན་བྱེད་པ་ནི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པས་ཟིན་པའི་དབང་པོ་  
 གཟུགས་ཅན་རྣམས་ལ་བརྟེན་ནས་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཆོག་གས་ལྟ་བུ་དག་འབྱུང་  
 བར་འགྱུར་གྱི་མ་ཟིན་པ་དག་ལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཆོག་གས་ལྟ་བུ་  
 དག་གི་རྟེན་མིག་ལ་སོགས་པ་དང་འདྲ་བར། ཡིད་དང་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་  
 རྟེན་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡོད་ན་ཡིད་དང་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡང་  
 འབྱུང་བར་འགྱུར་ལ། མེད་ན་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་འཇུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་  
 རྣམ་པ་གཉིས་ཀྱིས་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རྒྱུ་གྱི་བྱ་བ་བྱེད་དེ། ཆོ་འདི་ལ་  
 ས་བོན་ཡོངས་སུ་རྟུལ་པར་བྱེད་པ་དང་། བྱི་མ་ལ་དེ་མཐོང་བར་འགྱུར་པའི་ས་བོན་  
 ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པའོ། །དེ་ལ་ཆོ་འདི་ལ་ས་བོན་ཡོངས་སུ་རྟུལ་  
 པར་བྱེད་པ་ནི། ཇི་ལྟ་ཇི་ལྟར་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་བརྟེན་པ་འཇུག་པའི་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པ་དགེ་བ་དང་། མི་དགེ་བ་དང་། ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་འབྱུང་བར་  
 འགྱུར་བ་དེ་ལྟ་དེ་ལྟར་རང་གི་བརྟེན་ལ་དེ་དང་ལྟན་ཅིག་སྐྱེ་བ་དང་འགག་པས་  
 བག་ཆགས་བསྐྱོ་བར་བྱེད་དོ། །རྒྱ་དེ་དང་རྒྱུན་དེས་ན་འཇུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
 རྣམས་ཀྱང་བྱིར་ཞིང་བྱིར་ཞིང་དགེ་བ་ལ་སོགས་པའི་དངོས་པོ་ཤིན་ཏུ་འདྲིས་པ་དང་  
 ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་པ་དང་། ཤིན་ཏུ་འོད་གསལ་བ་དག་ཏུ་འགྱུར་རོ། །དེའི་བག་ཆགས་  
 གྱི་རིགས་གཞན་ནི་བྱི་མ་ལ་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་ཉིད་གྱི་རྣམ་པར་སྒྲིན་  
 པ་ཡོངས་སུ་འཛིན་པའི་བྱིར་འཇུག་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལ་དོན་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམ་སྒྲིན་གྱི་རོ་

བོད་ལྷ་མ་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི། འདུག་པའི་རྣམ་པར་གཤམ་པ་ཚོགས་བདུན་གྱི་  
 བདག་པོའི་རྒྱུན་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྷ་མ། དེས་ཡོངས་སུ་བཟུང་བའི་མིག་ལ་སོགས་  
 བའི་དབང་པོ་ལྷ་ལས་རྣམ་པར་གཤམ་པའི་ཚོགས་ལྷ་པོ་འགྲུལ་བའི་ཕྱིར་དང་། དེའི་  
 དབང་གིས་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་བདག་གི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་སྒྲེབ་པའི་ཕྱིར་དང་།  
 དེ་ཉིད་གྱིས་ན་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་གཤམ་པ་ཡང་དེ་ཉིད་ལ་རྟེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 ཀུན་གཞིའི་ས་པོན་གྱི་རང་བཞིན་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི། དེ་དག་གི་རྒྱུའི་རྒྱུན་ཡིན་ཏེ།  
 ཚོགས་བདུན་པོ་རྣམས་ནི་རང་རང་གི་མདོན་པར་བརྗོད་པའི་བག་ཆགས་གྱི་རྒྱ་  
 ལས་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །

འཇུག་པའི་རྣམ་ཤེས་རྣམས་ཀྱང་རྣམ་སྤྲིན་གྱི་རང་བཞིན་གྱི་བདག་པོའི་  
 རྒྱུ་ཏེ། དེ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་ལ་ས་པོན་ཡོངས་སུ་བསྒྲོ་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ས་  
 པོན་གྱི་རང་བཞིན་གྱི་ནི་རྒྱུའི་རྒྱུ་ཡིན་པ་ཏེ། དེ་རྣམས་ཀྱིས་ས་པོན་བསྒྲོ་བར་བྱེད་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བས་ན་ཀུན་གཞི་དང་འཇུག་ཤེས་དག་ནི་ཡན་ཚུན་གཅིག་གི་རྒྱུ་  
 གྱིས་གཅིག་འཇུག་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་ལྷན་ཅིག་དངོས་པོས་འཇུག་  
 པ་ནི། འཇུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་། ལྷན་ཅིག་པའི་དངོས་པོ་དང་། ཚོར་བ་  
 དང་ལྷན་ཅིག་པའི་དངོས་པོ་དང་། དག་པ་ལ་སོགས་པ་དང་། ལྷན་ཅིག་པའི་  
 དངོས་པོས་ཀྱང་རིག་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་དང་པོ་ནི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་  
 རིས་འགའ་འཇུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཅིག་ཁོ་ན་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ་འཇུག་སྟེ།  
 འདི་ལྟ་སྟེ་ཡིད་དང་རོ། །འདི་ལྟར་དང་འཛིན་པ་དང་། དཔོ་སྒྲུལ་པའི་ར་རྒྱལ་དང་།

རྫོམ་སེམས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི། སེམས་ཡོད་པ་དང་།  
 སེམས་མེད་པའི་གནས་སྐབས་དག་ན་ཡང་དུས་དྲག་ཏུ་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་  
 པ་དང་ལྷན་ཅིག་འབྱུང་ཞིང་འདུག་དེ། དེ་ནི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་ངོ་  
 སྤྲུལ་པ་དང་། བདག་གོ་སྤྲུལ་དུ་དམིགས་ཤིང་རྫོམ་པའི་རྣམ་པ་ཅན་ཡིན་ནོ། །ཤེས་  
 འགའ་ནི་ཡིད་དང་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཉིས་དང་ལྷན་ཅིག་འབྱུང་ཞིང་འདུག་གོ། །  
 ཤེས་འགའ་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཆོག་ས་ལྷ་པོ་དག་ལས་གང་ཡང་དུང་བ་གཅིག་  
 དང་གསུམ་སོ། །ཤེས་འགའ་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཆོག་ས་ལྷ་པོ་དག་ལ་གཉིས་དང་  
 ལྷན་ཅིག་འབྱུང་བ་དང་བཞི་དང་ངོ་། །ཤེས་འགའ་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཆོག་ས་ལྷ་  
 པོ་དང་ལྷན་ཅིག་འབྱུང་བ་དང་། བདུན་གྱི་བར་དག་དང་ལྷན་ཅིག་འབྱུང་ཞིང་  
 འདུག་གོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

ཆོར་བ་གང་དང་ལྷན་ཅིག་འདུག་པ་ནི། ཡང་དེ་ནི་དེ་ལས། ཀུན་གཞིའི་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་ཡང་ཤེས་འགའ་བདེ་བ་དང་། ལྷན་བསྐྱེད་དང་། ལྷན་བསྐྱེད་  
 ཡང་མ་ཡིན། བདེ་བ་ཡང་མ་ཡིན་པའི་ཆོར་བ་རྣམས་དང་། འདྲེས་སར་འདུག་སྟེ།  
 འདུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཆོར་བ་གང་ཡིན་པ་དག་དེ་ལ་བརྟེན་  
 བས་འབྱུང་བའི་བྱིར་ངོ་། །དེ་ལ་མི་རྣམས་དང་། འདོད་པ་ན་སྟོད་པའི་ལྷ་རྣམས་  
 དང་། དུད་འགྲོ་དང་། ཡི་དྲགས་ལ་ཅིག་གི་ནང་ན་ནི་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་ཆོར་བ་  
 བདེ་བ་ཡང་མ་ཡིན། ལྷན་བསྐྱེད་ཡང་མ་ཡིན་པ་དེ་དང་། འདུག་པའི་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པའི་ཆོག་ས་ཀྱིས་ཆོར་བ་བདེ་བའམ་ལྷན་བསྐྱེད་བའམ། ལྷན་བསྐྱེད་ཡང་མ་



ཡིན། བདེ་བ་ཡང་མ་ཡིན་པ། དེ་དག་གི་རྒྱུ་འདྲེས་མར་ལྷན་ཅིག་ཏུ་འབྱུང་ཞིང་  
 འདུག་གོ། །སེམས་ཅན་དཔྱལ་བ་དག་ན་ནི་སྤྲུག་བསྐྱལ་ཡང་མ་ཡིན། བདེ་བ་ཡང་  
 མ་ཡིན་པའི་ཆོར་བ་ཟིལ་གྱིས་མནན་དེ། སྤྲུག་བསྐྱལ་གྱི་རྒྱུ་འབྲེལ་ཞིག་མ་འདྲེས་  
 བ་དེ་ཉིད་དང་ལྷན་ཅིག་འབྱུང་ཞིང་འདུག་གོ། །དེ་ཡང་ཟིལ་གྱིས་མནན་པའི་ཕྱིར་  
 རྟོགས་པར་དཀའ་བ་ཡིན་པར་ལྟོའོ། །སེམས་ཅན་དཔྱལ་བ་དག་ན་སྤྲུག་བསྐྱལ་  
 དང་ཇི་ལྟར་བདེ་བ་ཞིན་དུ་བསམ་གཏན་གསུམ་གྱི་ས་པའི་ལྷ་རྣམས་ལ་ནི་བདེ་བ་  
 དང་ངོ་། །བསམ་གཏན་བཞི་པ་ཡན་ཆད་སྤྱིད་པའི་རྩེ་མོའི་བར་དག་ལ་ནི་སྤྲུག་  
 བསྐྱལ་ཡང་མ་ཡིན། བདེ་བ་ཡང་མ་ཡིན་པ་དང་ངོ་། །ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །  
 ཆོས་གང་དང་ལྷན་ཅིག་འདུག་པའི་ཚུལ་ཡང་། དེ་ཉིད་ལས། ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པ་རེས་འགའ་ནི་འདུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པར་གཏོགས་པའི་སེམས་ལས་  
 བྱུང་བའི་ཆོས་དག་བ་དང་། མི་དག་བ་དང་། ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་རྣམས་དང་། ལྷན་  
 ཅིག་འབྱུང་ཞིང་འདུག་སྟེ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དེ་དག་གྱུར་། ཀུན་གཞི་དང་  
 རྒྱུད་གཅིག་ལ་དུས་གཅིག་ཏུ་ལྷན་ཅིག་འདུག་པ་མཚུངས་པར་ལྷན་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །  
 འདུག་པ་རྣམ་པར་བཞག་པ་བཤད་ཟིན་དོ། །

ད་ནི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ལྟོག་པའི་ཚུལ་བརྗོད་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་ཇི་  
 སྤྱིད་དུ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་ཆོས་རྣམས་མ་ལུས་པ་མ་སྤངས་པ་དེ་སྤྱིད་དུ་ཀུན་  
 གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མི་ལྟོག་སྟེ་ཀུན་གཞི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་ཀུན་ནས་ཉོན་  
 མོངས་པའི་ཆོས་བསམ་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ངོ་། །དེ་ལྟར་ཡང་ཇི་སྒྲིད་དུ།

ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་མདོར་ན་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་  
 བ་ཡིན་ནོ། །འདི་ལྟར་དེ་ནི་སེམས་ཅན་གྱི་འཇིག་རྟེན་འབྲུག་པའི་རྩ་བ་ཡིན་ཏེ།  
 དབང་པོ་རྟེན་དང་བཅས་པ་རྣམས་དང་། འཇུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་  
 བསྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །མྱོང་གྱི་འཇིག་རྟེན་འབྲུག་པའི་རྩ་བ་ཡང་  
 ཡིན་ཏེ། མྱོང་གྱི་འཇིག་རྟེན་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །ཞེས་པ་ལ་  
 སོགས་པ་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །རི་ཙམ་གྱིས་ན་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་ཆོས་  
 རྣམས་མ་ལུས་པ་སྤངས་པར་བརྗོད་པར་བྱ་ཞེས། གང་གི་ཆེ་གནས་གྱུར་པ་དེའི་ཆེ་  
 ཀུན་ནས་ཉོན་པའི་ཆོས་རྣམས་མ་ལུས་པར་སྤངས་པ་དང་ཀུན་བཞིའི་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པ་ཡང་སྤངས་པར་བརྗོད་པར་བྱའོ། །གནས་གྱུར་པ་ཞེས་བྱ་འདི་ཅི་ཞེས།  
 གང་གི་ཆེ་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་གྱིས་ཉོན་མོངས་པའི་རྣམ་པ་མ་ལུས་  
 པར་སྤངས་པ་དེའི་ཆེ་རྣམ་པར་སྤྲིན་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གང་ཀུན་ནས་ཉོན་  
 མོངས་པའི་ས་བོན་གྱི་རྟེན་སི་བྱེད་པར་གྱུར་པ་དེ་ནི་ད་ལ་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་  
 གནས་གྱུར་པ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ཡང་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་དག་ལ་ནི་གང་གི་  
 ཆེ་ཟད་པ་དང་མི་སྐྱེ་བ་ཤེས་པ་སྐྱེས་པ་དེའི་ཆེ་ཐོབ་པ་ཡིན་ལ། བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ས་བརྒྱད་པའི་ཡེ་ཤེས་བརྟེན་པ་ན་ཐོབ་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་བྱིར་གང་  
 ཟག་དེ་དག་གི་ཀུན་གཞིའམ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡང་དེ་དང་དེའི་གནས་སྐབས་ན་  
 ལྷོག་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གལ་ཏེ་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་དག་ལ་ཡང་ཀུན་གཞི་རྣམ་ཤེས་

12



སྐྱུར་བའི་འཆི་འཕོ་དང་སྒྲེ་བ་ཞེས་ཀྱང་བྱའོ། །

དེ་ལྟར་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་རྣམ་  
ཤེས་དེ་ལྟག་མ་མེད་པའི་ཐུ་རུ་ལས་འདས་པའི་དབྱིངས་སུ་རྒྱུན་ཆད་པ་ལྟར།  
དག་པ་སའི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་རྣམ་ཤེས་དེ་ཡང་དོ་རྩེ་ལྷ་བུའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་  
མཛུགས་ཐོགས་སུ་རྒྱུན་ཆད་པར་ཅི་སྟེ་མི་འགྱུར་ཞེན། ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་  
རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་རྣམ་ཤེས་དེ་ནི་སྒྲེ་བ་སྒྲ་མའི་ལས་ཀྱི་འཕེན་པའི་  
དབང་གིས་འཛུགས་པ་ཡིན་ལ། དེའི་ཐུར་དེ་ནི་དེ་སྤྱིད་འཆོའི་བར་དུ་གནས་པར་  
འགྱུར་གྱི་གང་གི་ཆེ་དེ་དག་ཆེའི་དུས་བྱེད་པ་དེའི་ཆེ་རྒྱུན་འཆད་པར་འགྱུར་ལ།  
གཞན་འཆོམས་སྒྲེ་བ་བའི་ལས་ཀྱང་མ་བསགས་པའི་ཐུར་རྒྱུན་འཆད་པར་རིགས་ལ།  
བྱང་རྒྱུ་མེས་དཔལ་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པ་དཔག་ཏུ་མེད་པར་བསོད་ནམས་དང་  
ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་བསགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་འཕོར་བ་དེ་སྤྱིད་མ་སྒྲོངས་ཀྱི་བར་  
དུ་བམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་རང་གི་རང་གི་འཛུགས་པར་བྱ་བའི་དོན་དུ་ཡིན་ལ།  
དེའི་ཐུར་མེ་ལོར་ལྷ་བུའི་ཡེ་ཤེས་ལ་སོགས་པ་བམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་  
རྣམས་ནི་འཕོར་བ་དེ་སྤྱིད་དུ་འཛུགས་པར་རིགས་ཏེ། དེ་ལྟར་འཛུགས་པའི་རྒྱ་ཆོགས་  
གཞིས་རྒྱ་ཆེན་པོ་སྒྲིན་དུ་སོང་བའི་ཐུར་དང་། འགལ་རྒྱུན་ཉན་ཐོས་པ་རྣམ་པར་  
རྟོག་པའི་འཆི་བ་མ་ལུས་པ་སྤངས་པའི་ཐུར་རོ། །འགལ་རྒྱུན་མེད་ཅིང་མཐུན་རྒྱུན་  
ཆོང་བའི་འབྲས་བུ་ཡང་རང་གི་རྒྱའི་རྣམ་པ་དེ་སྤྱིད་མ་གཏུགས་ཀྱི་བར་དུ་འཛུགས་  
པར་མཐོང་སྟེ། དཔེར་ན་བུད་ཤིང་སྐྱམ་པོ་མར་གྱིས་འབྲན་པ་ལ་མེ་བཞིན་ནོ། །མེ་

ལོང་ལྷ་བུའི་ཡེ་ཤེས་ལ་སོགས་པ་ནི་ལའོར་བ་ཇི་སྤྲད་དུ་རང་གི་རང་གིས་འདུག་པ་  
 རི་རིགས་པ་ན། དེ་ལྷ་ན་ཡང་རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྒྱན་ཆད་པར་ཇི་  
 ལྷར་མི་འགྱུར་ཞེན། མ་ཡིན་ཏེ། མེ་ལོང་ལྷ་བུའི་ཡེ་ཤེས་ནི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་རྣམ་  
 ཤེས་ཀྱི་རིག་རྒྱན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་དུ་ན་མེ་ལོང་ལྷ་བུའི་ཡེ་ཤེས་ལ་སྐལ་  
 མཉམ་གྱི་རྒྱ་མེད་པས། འདི་རྒྱ་མེད་པར་འགྱུར་ལ། དེ་ལྷ་ན། འདི་རི་རི་བོང་གི་ར་  
 ལྷར་གཏན་མེད་པའམ། ཡང་ན་གང་ན་ཡང་མེད་པ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་  
 ལྷར་ན་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་མ་བཅོས་པའི་རང་གི་རང་བཞིན་གང་ཡིན་  
 པ་དང་མེ་ལོང་ལྷ་བུའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རོ་བོ་ལ་བྱད་པར་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་དེ། གཉིས་  
 ཀ་ཡང་རྣམ་པར་དག་ཅིང་འོད་གསལ་པའི་རང་བཞིན་ཅན་དུ་མཆུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 གཞན་དུ་ན་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དྲི་མ་དང་བྲལ་ཏེ་གནས་གྱུར་པ་མེ་ལོང་  
 ལྷ་བུའི་ཡེ་ཤེས་སུ་ཇི་ལྷར་འགྱུར་ཏེ། སོལ་བ་རྒྱུན་གྱིས་ཇི་ཅམ་སྦྱངས་ཀྱང་དུང་དུ་  
 འགྱུར་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །

གང་ཡང་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་དྲི་མའི་རང་བཞིན་ཡིན་པས་  
 དེའི་རོ་བོ་ནམ་ཡང་ཡེ་ཤེས་སུ་འགྱུར་བ་ནི་མ་ཡིན་གྱི་འོན་ཀྱང་དེ་ལམ་གྱིས་སྦྱངས་  
 པ་ན་མེ་ལོང་ལྷ་བུའི་ཡེ་ཤེས་གཞན་ཞིག་གསར་དུ་སྒྲེ་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སྒྲུ་བར་བྱེད་དེ།  
 དེ་དག་གི་ལྷར་ན། མེ་ལོང་ལྷ་བུའི་ཡེ་ཤེས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ནི་སྐལ་མཉམ་གྱི་རྒྱ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར་རྒྱ་མེད་གྲོ་བུར་བར་འགྱུར་ཞིང་། ཀུན་གཞི་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པ་རྣམས་ནི་འདོད་ཆགས་ལས་སོག་པ་བཞིན་དུ་རང་བཞིན་གྱིས་ཀུན་ནས་

འོན་མེད་ས་པ་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གྲོ་བུར་བའི་རྒྱུན་གྱིས་ཀུན་ནས་འོན་མེད་ས་པ་  
 ཅན་དུ་བྱས་པ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་ཞིང་། དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རང་བཞིན་གྱི་འོད་གསལ་  
 བ་ཡང་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་ན། དེ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། མདོ་ལས། སེམས་ནི་  
 རང་བཞིན་འོད་གསལ་ཏེ། །རྟོག་པར་བྱེད་པ་ཡིད་ཡིན་ནོ། །ཞེས་དང་། སེམས་  
 འདི་ནི་ཡུན་རིང་པོ་ནས་འདོད་ཆགས་ཀྱི་ཀུན་ནས་འོན་མེད་ས་པ་ཅན་དུ་གྱུར་ཞེས་  
 དང་། སེམས་ནི་སེམས་མ་མཆིས་ཏེ་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་འོད་གསལ་བའོ། །ཞེས་  
 པ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཅི་སྟེ་སེམས་ཀྱི་ཚུལ་ཉིད་རང་བཞིན་གྱི་འོད་གསལ་ལ་ལ་དགོངས་པ་ཡིན་  
 བོ་ཞེ་ན་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཚུལ་ཉིད་རང་བཞིན་གྱི་འོད་གསལ་བ་མ་ཡིན་  
 བས། གང་གིས་ན་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་འོད་གསལ་ཞེས་སེམས་ཁོ་ན་ངེས་པར་  
 བཟུང་། གཞན་ཡང་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་དང་།  
 སེམས་རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་དུ་མཆུངས་ན་གང་  
 གིས་ན་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་ངེས་པར་བཟུང་ནས་དེ་དག་གིས་ཉོན་མོངས་པ་  
 ཅན་དུ་བྱས་སོ་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱེད། །དེ་བས་ན་སེམས་རྣམས་རང་གི་རིགས་འདྲ་  
 སྟེ་མའི་རྒྱ་དང་རྒྱུན་ལས་རང་བཞིན་གྱིས་འོད་གསལ་བའི་ངོ་བོར་སྟེ་བ་ཡིན་ལ།  
 འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་རང་རྒྱ་ལས་ཀུན་ནས་ཉོན་  
 མོངས་པ་ཅན་དུ་སྟེ་བ་ཡིན་པས། དེའི་བྱིར་དེ་དག་ནི་དྲི་མའི་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་  
 པས། གཉོན་པོས་ཀྱང་འདི་དག་གི་རིགས་འདྲ་རྒྱུན་གཅིད་པར་བྱེད་ཅིང་། སེམས་



རྣམས་ནི་ཉོན་མོངས་པ་གཞན་དང་འགྲོགས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་དྲི་མ་ཅན་དུ་གྱུར་པ་  
 ཡིན་གྱི་རང་གི་ངོ་བོ་མ་ཡིན་པས། ལམ་གྱིས་ཀྱང་གནས་གྱུར་པར་བྱེད་གྱི་རིགས་  
 འདྲ་རྒྱུན་གཙོས་པར་བྱེད་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་བྱས་ན་སྤར་དངས་པའི་མདོ་སྡེ་  
 དག་གི་དོན་ལ་ལེགས་པར་འབྱོར་པར་འགྱུར་གྱི། གཞན་དུ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བས་  
 ར་སེམས་ཅན་གྱི་གནས་སྐབས་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་བརྒྱད་ཀྱི་མ་བཙོས་པའི་  
 རང་བཞིན་གང་ཡིན་པ་དང་དེ་དག་གནས་གྱུར་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མེ་ལོང་ལྟ་བུའི་  
 ཡེ་ཤེས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་འོད་གསལ་ཞིང་རྣམ་པར་དག་པའི་རང་བཞིན་ཅན་དུ་  
 མཆུངས་པའི་ཕྱིར། དེ་ཙམ་ལ་དགོངས་ནས་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 སྟོབས་སོགས་ཡོན་ཏན་དང་། ཡེ་ཤེས་རྣམས་གདོད་མ་ནས་རྗེས་སུ་ཞུགས་སོ་ཞེས་  
 སྟོང་གསུམ་དར་ཡུག་ཆེན་མོའི་དབེ་དང་བཙུངས་ཏེ་གསུངས་པ་ཡིན་གྱི། གང་དག་  
 སྟོབས་སོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་རྟག་པའི་རང་བཞིན་ཅན་དངོས་སུ་ཡོད་པར་སྒྲུབ་དང་།  
 གཞན་དག་དེ་དག་གི་ཆོས་ཉིད་ཡོད་པ་ལ་དགོངས་སོ་ཞེས་འཆད་པ་གཉིས་ཀ་ཡང་།  
 ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པར་རྟོགས་སོ། །

དེ་ལྟར་ན་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ནི་འདུས་མ་བྱས་པ་ཡིན་པས་མདོ་ལས་  
 འདུས་མ་བྱས་པའི་ཡོན་ཏན་ཞེས་གསུངས་པ་དང་། རི་ལྟར་འགྲིག་ཅི་ན། དབེར་  
 ར་མེ་ནི་ཆ་བའི་རང་བཞིན་དུ་རྒྱ་ལས་སྒྲེས་པ་ལ་མེའི་ཆ་བའི་སྤྱིས་ཀྱང་མ་བྱས་  
 ཞེས་འཛིག་རྟོག་ན་བརྗོད་པ་ལྟར། སེམས་རྣམས་ཀྱང་རྣམ་པར་དག་ཅིང་འོད་  
 གསལ་པའི་རང་བཞིན་ཅན་དུ་རྒྱུན་གྱིས་མ་བསྐྱར་བར་སྒྲེབས་དེའི་ཕྱིར་དེ་ཙམ་ལ་

བསམ་ནས་འདུས་མ་བྱས་པ་ཞེས་གསུངས་ལ། སེམས་གང་ཅི་ཡང་རུང་བ་དེ་དག་གི་རོ་བོ་འོད་གསལ་བ་ལས་གཞན་གང་དུ་ཡང་རྒྱུན་གྱིས་སྒྱུར་བར་མི་རུས་པའི་ཕྱིར། དེ་དག་གི་རང་བཞིན་འོད་གསལ་དེ་ནི་རྟག་པ་ཞེས་གྲང་བྱ་སྟེ། དཔེར་ན་མི་ནི་རྟག་ཏུ་ཆོ་བའི་རང་བཞིན་ཡིན་ཅོ་ཞེས་པ་བཞིན་ཅོ། །ཅི་སྟེ་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་སེམས་རྣམས་དྲི་མ་ཅན་དུ་སྒྱེ་བ་མ་ཡིན་ནམ། ཇི་ལྟར་ན། དེ་དག་གི་རང་བཞིན་རྒྱུན་གྱིས་བསྒྱུར་དུ་མི་རུང་ཞེས་བཟོད་ཅེ་ན། དཔེར་ན་གསེར་ལ་དྲི་མ་རྗེས་སུ་ཞུགས་པ་ན་གསེར་གྱི་རང་བཞིན་དོར་ནས་དྲི་མའི་རོ་བོར་སྒྱེས་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། སྟེག་པ་ལ་སོགས་པའི་ཐབས་གྱིས་དྲི་མ་ལས་གསེར་ཐ་དད་དུ་དབྱེ་བར་མི་རུས་པར་ཐལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །འོན་ཀྱང་དྲི་མ་དང་བཅས་པའི་ཆོ་གསེར་གྱི་རང་བཞིན་རྣམ་པར་དག་ཅིང་འོད་གསལ་བ་མི་མདོན་པས་གསེར་དྲི་མ་ཅན་ཞེས་བཟོད་ཀྱི་གསེར་བཟང་པོ་ཞེས་ནི་མི་བཟོད་ལ་གང་གི་ཆོ་སྟེགས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཐབས་གྱིས་དྲི་མ་ལེགས་པར་སྒྱུངས་ཏེ་རང་བཞིན་རྣམ་པར་དག་ཅིང་འོད་གསལ་བ་འབའ་ཞིག་ལུས་ཏེ། དེ་ཙམ་ཞིག་མདོན་དུ་གྱུར་པ་ན་གསེར་བཟང་པོ་ཞེས་འཇིག་རྟེན་ན་བསྐྱགས་པ་བཟོད་མོད་ཀྱི་དྲི་མ་ཅན་དང་རྣམ་པར་དག་པའི་གནས་སྐབས་གཉིས་ཀ་ཡང་དག་ཅིང་འོད་གསལ་བའི་རང་བཞིན་ཅན་དུ་མཆུངས་པ་ཡིན་ཅོ། ། དེ་བཞིན་དུ་སེམས་འདི་ཡང་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་དང་འགྲོགས་པའི་ཆོ་ཡང་རང་གི་རང་བཞིན་དོར་ནས་དེ་དག་གི་རོ་བོར་སྒྱེས་པ་ནི་མེད་མོད་ཀྱི། འོན་ཀྱང་རང་གི་རང་བཞིན་ནི་ཉོན་མོངས་པ་དག་གི་ཟེལ་གྱིས་མཚན་

པས་མི་མངོན་ལ་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་ཉོན་མོངས་པ་དག་གི་རང་བཞིན་ནི་  
གསེར་གྱི་དྲི་མ་བཞིན་དུ་ཆེས་གསལ་བར་འགྱུར་ལ། དེའི་ཆེ་སེམས་དེ་ལ་ཡང་  
ཉོན་མོངས་པ་ཅན་དང་། དྲི་མ་ཅན་ལ་སོགས་པའི་བྲ་སྒྲིད་བྱེད་ལ། གང་གི་ཆེ་ལམ་  
གྱིས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་རྟོགས་པ་རྣམས་གསེར་གྱི་དྲི་མ་ལྟར་ལེགས་པར་  
སྒྱུར་སྟེ། སེམས་རང་གི་རང་བཞིན་རྣམ་པར་དག་ཅིང་འོད་གསལ་བ་ཅུམ་ཞིག་  
མངོན་དུ་གྱུར་པ་ན། སེམས་དེ་ལ་མེ་ལོང་ཡེ་ཤེས་སོགས་བྲ་སྒྲིད་འདོགས་གྱུར་སྒྲུབ་  
གྱི་རང་བཞིན་དང་བྱུང་པར་བྱུང་བྱུང་གྱུར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ལོ། །

ཡང་རྣམ་པར་དག་ཅིང་འོད་གསལ་བ་ཤེས་པ་འདིའི་དོན་ཅི་ཞེས། རང་  
གི་ངོ་བོ་ཉིད་གྱིས་དྲི་མའི་རང་བཞིན་དུ་མ་སྒྱེས་པ་སྟེ། དཔེར་ན་ཆུ་རང་བཞིན་གྱི་  
རྣམ་པར་དག་པ་བཞིན་ལོ། །སེམས་ཡང་ངོ་བོ་ཉིད་གྱིས་རྣམ་པར་དག་པའི་རང་  
བཞིན་དུ་སྒྱེས་མོད་གྱི་རྒྱུན་གྱི་དབང་གིས་དྲི་མ་ཅན་དུ་གྱུར་པ་ཡིན་ལོ། །རྒྱུན་མེད་  
ན་རང་གི་གནས་ལུགས་གསལ་བར་བྱེད་པའི་སྤྱིར་འོད་གསལ་བ་ཞེས་བྱ་ཏེ། དཔེར་  
ན་སྒྲོན་མེའི་འོད་བཞིན་ལོ། །སེམས་རྣམས་གྱུར་ཆུལ་བཞིན་མ་ཡིན་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་  
པའི་རྒྱུན་གྱིས་གཙང་བདེ་རྟག་བདག་སོགས་སྤྱིན་ཅི་ལོག་དུ་གོ་ལ་བ་ཡིན་གྱི་རྒྱུན་  
དེ་དང་བྲལ་ན་ནི་རང་གི་གནས་ལུགས་གཉིས་མེད་གྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ནི་རང་ཉིད་  
གྱིས་གསལ་བར་སྟོན་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ལོ། །དེའི་སྤྱིར་སེམས་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་  
དག་ཅིང་འོད་གསལ་བ་ཞེས་བྱ་འོ། །དེ་ལྟར་སེམས་རང་བཞིན་གྱིས་འོད་གསལ་  
ཞིང་རྣམ་པར་དག་པའི་དོན་ཤེས་ན། དེས་པའི་དོན་གྱི་མདོ་སྟེ་དང་། དེ་དག་གི་



མན་ངག་ཟབ་མོ་རྣམས་ཀྱི་དགོངས་པ་རྣམས་བདེ་སྒྲག་ཏུ་རྟོགས་ཤིང་། རྒྱ་ལམས་གསེར་དང་ནམ་མཁའ་རྣམས། །དག་པ་བཞིན་དུ་དག་པར་འདོད། །ཅེས་སོགས་གནས་གྱུར་སྟོན་པའི་གཞུང་རྣམས་ཀྱི་དོན་ཡང་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་རྟོགས་པར་འགྱུར་རོ། །ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་འཇུག་པ་དང་ལྷོག་པའི་ཚུལ་རྣམ་པར་བཞག་པ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

ད་ནི་འདི་དབྱུང་སྟེ་གང་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་ལྷན་པ་དེ་ནི་འཇུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་ལྷན་ལ། གང་འཇུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་ལྷན་པ་དེ་ཡང་། ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་ལྷན་པ་ཡིན་ནམ་ཞེས། ལུ་བཞི་སྟེ། ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་ལྷན་ལ། འཇུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་མི་ལྷན་པ་ནི། གཉིད་ལོག་པ་སེམས་མེད་པ་དང་། བརྒྱལ་བར་གྱུར་པ་སེམས་མེད་པ་དང་། འདུ་ཤེས་མེད་པའི་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་དང་། འགོག་པའི་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་ལ་སྟོམས་པར་ཞུགས་པ་དང་། འདུ་ཤེས་མེད་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་སྐྱེས་པའོ། །འཇུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་ལྷན་ལ། ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་མི་ལྷན་པ་ནི། སེམས་ཡོད་པའི་གནས་སྐབས་ན། དགྲ་བཅོམ་པ་དང་རང་སངས་རྒྱས་དང་། ཕྱིར་མི་ལྷོག་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའོ། །གཉིས་ཀ་དང་ལྷན་པ་ནི་སེམས་ཡོད་པའི་གནས་སྐབས་དེ་ལས་གཞན་པ་དག་ཅིང་། གཉིས་ཀ་དང་མི་ལྷན་པ་ནི། དགྲ་བཅོམ་པ་དང་། རང་སངས་རྒྱས་དང་། ཕྱིར་མི་ལྷོག་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་འགོག་པ་ལ་

སྒྲིལ་ས་པར་ཞུགས་པ་དང་། ལུང་པོ་ལྷག་མ་མེད་པའི་མྱ་ངན་འདས་པའི་དབྱིངས་  
ནའོ། །ཞེས་གཏན་ལ་དབབ་པ་བསྟུ་བ་ལས་གང་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

ས་པོན་ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་དང་ལྷན་པ་ཀུན་གཞིའོ་ཞེས་བཟློང་ན། ས་  
པོན་ལ་བག་ཆགས་ཞེས་བྱ་བ་འདིའི་རང་བཞིན་ཅི་ཞེ་ན། འདི་ནི། གང་གིས་སྒྲོ་  
བར་བྱེད་པ་དང་། གང་ལ་སྒྲོ་བར་བྱ་བ་དང་། རྩུ་པ་རྩི་ལྟར་སྒྲོ་བ་དང་། སྒྲོས་པའི་  
རང་བཞིན་གང་ཡིན་པ་དག་གིས་ཤེས་པར་བྱའོ། །བར་བྱེད་པ་ནི་སེམས་ཅན་གྱི་  
རྒྱད་དུ་གཏོགས་པ་ཡིན་གྱི་ཕྱི་རོལ་གྱི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ནི་ས་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་  
གི་སྒྲོ་བར་བྱ་བ་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱད་དུ་གཏོགས་  
པ་ཡང་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་ཡིན་གྱི་མིག་ལ་སོགས་པ་དག་ནི་ས་  
ཡིན་ཏེ། དེ་དག་གི་དམིགས་པ་དང་རྣམ་པ་མི་འཛིན་པས་སྒྲུན་པ་ཉིད་གྱི་ཕྱིར་རོ། །  
གང་ལས་མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་རྣམས་འབྱུང་བའི་ས་པོན་དེ་དག་གང་གིས་  
འཛོག་པར་བྱེད་ཅི་ན། དེ་ནི་མིག་ན་ཞེས་སོགས་མཛོན་པར་བཟློང་བའི་རྩིས་སུ་  
འབྱུང་བའི་ཡིད་གྱིས་རྣམ་པར་ཤེས་པས་འཛོག་པར་བྱེད་དེ། དེས་གཞག་པའི་མཛོན་  
པར་བཟློང་བའི་བག་ཆགས་ལས་བྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །

དམིགས་རྣམ་མི་འཛིན་ན་བག་ཆགས་སྒྲོ་བར་མི་བྱེད་དོ་ཞེས་པ་འདི་གང་  
ལས་ཤེས་ཞེ་ན། རིག་པ་ལས་ཏེ། འདི་ལྟར་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་  
དམིགས་རྣམ་འཛིན་པ་དག་ལ་ཡང་དམིགས་རྣམ་མི་གསལ་བ་ཅན་འགའ་ཞིག་ལ་  
བག་ཆགས་འཛོག་པའི་རྣམ་པ་མེད་པར་མཐོང་ཏེ། གང་གི་ཆོ་ཡིད་རྣམ་པར་

གཡེངས་པ་དང་། དམིགས་པ་ནང་དུ་གཏད་པ་ལ་སོགས་པའི་གནས་སྐབས་ན་  
 མིག་གིས་གཟུགས་མཐོང་བ་དང་ན་བས་སྒྲ་ཐོས་པ་ལ་སོགས་པའི་དབང་ཤེས་སྒྲེས་  
 གྱུར་དེའི་ཆོ་གཟུགས་སམ་སྒྲའི་རྣམ་པ་འདི་དང་འདི་ལྟ་མཐོང་ངོ་ཐོས་ཞེས་པའི་  
 དུན་པ་སྒྲེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་ལ་ནི་རང་དུན་པའི་བག་ཆགས་  
 བསྐྱེད་པའི་རྣམ་པ་མེད་པར་དེ་ཉིད་གྱིས་ཤེས་པ་ཡིན་ལོ། །གང་གི་ཆོ་ཡིད་གཏད་  
 དེ་གཟུགས་མཐོང་བའང་སྒྲ་ཐོས་པ་དེའི་ཆོ་དུས་ཕྱིས་ནི་ལྟར་བ་བཞིན་དུ་རང་དུན་  
 པའི་ཤེས་པ་སྒྲེ་བར་མཐོང་ལ། དེའི་ཕྱིར་སྒྲར་གྱི་དབང་ཤེས་དེ་དག་ལ་རང་དུན་  
 པའི་ཤེས་པ་བསྐྱེད་པའི་བག་ཆགས་སྒྲོ་བའི་རྣམ་པ་ཡོད་པར་ཤེས་པ་ཡིན་ལོ། །

དེ་ལྟར་ན་དམིགས་རྣམ་མི་གསལ་བ་དག་ལ་ཡང་བག་ཆགས་འཛོག་པའི་  
 རྣམ་པ་མེད་ན་དམིགས་རྣམ་གཏན་མི་འཛིན་པ་དག་ལ་བག་ཆགས་འཛོག་པའི་  
 རྣམ་པ་ཡོད་པ་ལྟ་ཅི་སྒྲོས། གཞན་ཡང་གཉིད་དང་། གདོན་གྱིས་བརྒྱུམས་པ་དང་།  
 སྒྲོས་པ་ལ་སོགས་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་སེམས་དགེ་བའང་མི་དགེ་བ་སྒྲེས་པ་གང་  
 ཡིན་པ་དེ་དག་གྱུར་དམིགས་རྣམ་མི་གསལ་བའི་ཕྱིར་བག་ཆགས་བསྒྲོ་བར་བྱེད་པ་  
 མ་ཡིན་ཏེ། ཅི་སྒྲེ་བག་ཆགས་སོག་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ན་བྱས་ཤིང་བསགས་པ་ཞེས་  
 བྱ་བའི་ལས་ཀྱི་གྲངས་སུ་འགྲོ་བར་འགྱུར་ན་འདི་དག་ནི་བྱས་ལ་ས་བསགས་པའི་  
 ལས་སུ་གཏོགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཀུན་གཞི་ནི་དམིགས་རྣམ་མི་གསལ་བའི་  
 ཕྱིར་དང་། རང་ཉིད་རང་ལ་བྱེད་པ་འགལ་བའི་ཕྱིར་སྒྲོ་བར་མི་རུང་ལ། དེ་དང་  
 མཚུངས་ལྟར་གྱི་སེམས་ལས་བྱུང་བ་དག་གིས་གྱུར་སྒྲོ་བར་མི་བྱེད་དེ། དེ་དག་གྱུར་



ཀུན་གཞི་བཞིན་དུ་དམིགས་རྣམ་ཤིན་ཏུ་མི་གསལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་  
 དམིགས་པ་དང་རྣམ་པ་གསལ་པོ་ཅན་གྱི་ཆོག་ས་བདུན་ལའོར་བཅས་ཁོ་ནས་བག་  
 ཆགས་སྒྲོ་བར་བྱེད་ཀྱི་གཞན་གྱི་ནི་མ་ཡིན་ཅོ་ཞེས་བྱ་འདི་གྲུབ་པ་ཡིན་ཅོ། །ཅི་ཅམ་  
 གྱིས་ན་དམིགས་པ་དང་རྣམ་པར་གསལ་བར་བརྗོད་པར་བྱ་ཞེ་ན། ཉོན་མོངས་པ་  
 ཅན་གྱི་ཡིད་ནི་རྟག་ཏུ་རར་སྒྲོམ་སེམས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་ཡིན་པས་དམིགས་པ་དང་  
 རྣམ་པ་བཀྲ་བར་འཛིན་པ་ཅན་ཡིན་ལ། དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་ལའོར་དང་བཅས་པས་  
 ནི་རྟག་ཏུ་བདག་ཏུ་ལྟ་བའི་བག་ཆགས་སྒྲོ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ཅོ། །

ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་ཡང་། གཉིད་དང་གདོན་གྱིས་བརྒྱམས་པ་ལ་  
 སོགས་པ་རྒྱུན་གྱིས་དགྲུགས་ཏེ་རར་བཞིན་དུ་མི་གནས་པའི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་  
 པ་ནི་དམིགས་པ་དང་རྣམ་པར་མི་གསལ་བ་ཞེས་བྱ་ལ། དེ་ནི་དག་མི་དགའི་རང་  
 བཞིན་གང་དུ་སྒྲིམ་གྱང་བག་ཆགས་སྒྲོ་བར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ཅོ། །གང་གི་ཆེ་རྒྱུན་  
 གྱིས་མ་དགྲུགས་ཤིང་རར་བཞིན་དུ་གནས་པ་དེའི་ཆེ་དམིགས་རྣམས་གསལ་བ་  
 ཞེས་བརྗོད་ལ། དེའི་ཆེ་དག་བའམ་མི་དག་བར་སྒྲིམ་པ་དག་གིས་ནི་ལས་ཀྱི་བག་  
 ཆགས་སྒྲོ་བར་བྱེད་ལ། ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་དག་གིས་མངོན་པར་བརྗོད་པའི་བག་  
 ཆགས་འཛོག་པར་བྱེད་དོ། །དབང་པོའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་ལ་གང་ཡིད་ཀྱི་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པ་རར་བཞིན་དུ་གནས་པར་བཤད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དང་། དམིགས་  
 པ་གཅིག་ལ་ལྟན་ཅིག་ཏུ་འཇུག་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ནི་དམིགས་པ་དང་རྣམ་པ་  
 གསལ་པོ་ཅན་ཞེས་བྱ་ལ། དེ་དག་དག་བའམ་མི་དག་བར་སྒྲིམ་པ་དག་གི་ལས་ཀྱི་

བག་ཆགས་སྒོ་བར་བྱེད་ལ། ལུང་དུ་མ་བསྟན་པར་གྱུར་པ་དག་གིས་ཀྱང་རྒྱ་མཐུན་གྱི་བག་ཆགས་སྒོ་བར་བྱེད་དོ། །དབང་ཤེས་གང་རྒྱུན་གྱིས་དཀྱུགས་པའི་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མི་གསལ་བ་དག་དང་དམིགས་པ་གཅིག་ལ་ལྷན་ཅིག་དུ་འདུག་པ་དག་དང་། ཡིད་རང་བཞིན་དུ་གནས་ཀྱང་། ཡུལ་གཞན་ལ་རྣམ་པར་གཡེངས་པ་ལ་སོགས་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་དབང་ཤེས་རྣམས་ནི། དམིགས་རྣམ་མི་གསལ་བ་ཞེས་བྱ་ལ། དེ་དག་ནི་དགོ་མི་དགོ་ལུང་མ་བསྟན་གང་དུ་སྒྲིམ་ཀྱང་བག་ཆགས་སྒོ་བར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ཅོ། །གང་གིས་བག་ཆགས་སྒོ་བར་བྱེད་པའི་རང་བཞིན་ནི་དེ་འདྲ་བ་ཡིན་ཅོ། །

གང་ལ་བསྒོ་བར་བྱ་བའི་གཞི་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། དེ་ཡང་སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་དུ་གཏོགས་པ་ཁོ་ན་ལ་ཡིན་གྱི་ཕྱི་རོལ་གྱི་དོན་ལ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ནི་སྒོ་བྱེད་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། གང་ལ་བག་ཆགས་སྒོས་པ་དེ་ཉིད་ལ་འབྲས་བུ་ཡང་རྣམ་པར་སྒྲིན་པར་འགྱུར་ན། ཕྱི་རོལ་གྱི་ཁམས་ལ་ནི་ལས་གྱི་འབྲས་བུ་སྒྲིན་པར་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ་མདོ་ལས། ལས་བྱས་ཤིང་བསགས་པ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་ནི་ཕྱི་རོལ་གྱི་སའི་ཁམས་ལ་མ་ཡིན་ཞེས་པ་ནས། ཟེན་པའི་ཡུང་བོ་དང་ཁམས་དང་སྒྲེ་མཆེད་རྣམས་ལ་སྒྲིན་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་དུ་གཏོགས་པ་ལས་ཡང་མིག་ལ་སོགས་པ་ནི་བག་ཆགས་སྒོ་བའི་གཞིར་རུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ནི་ལའོར་བར་ལའོར་བ་ན་སྒྲེ་བ་ཀུན་དུ་རྒྱུན་བརྟན་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། གཟུགས་མེད་པར་སྒྲིམ་པ་ན་རྒྱུན་འཆད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

བར་སྐབས་སུ་རྒྱུད་རྒྱུན་ཆད་ཅིང་མི་རྟག་པ་དག་གྱུར་ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་སྒྲོ་བའི་  
གཞིར་རུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་གང་ལ་སྒྲོས་པའི་གཞི་རྒྱུན་ཆད་པ་ནི་དེ་ལ་  
བགོས་པའི་བག་ཆགས་གྱུར་མེད་པར་འགྱུར་ལ། དེ་ལྟར་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར་ལས་  
ཀྱི་འབྲས་བུ་རྣམས་པར་སྒྲིན་པ་རྣམས་གྱུར་ཆུང་ཚོས་པར་འགྱུར་ན། དེ་ཡང་རིགས་  
པ་མ་ཡིན་ཏེ། མདོ་ལས། ལུས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ལས་རྣམས་ནི། །བསྐྱལ་བ་བརྒྱར་  
ཡང་ཆུང་མི་བླ། །ཆོག་ས་གིར་དུས་ལ་བབ་པ་ན། །འབྲས་བུ་ཉིད་དུ་སྒྲིན་པར་  
འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །རིགས་པ་ཡང་ཡོད་དེ། ཕྱི་རོལ་དུ་ཡང་ཉིལ་  
ལ་སོགས་པ་རྒྱུད་རྒྱུན་ཆགས་པར་འཇུག་པ་དག་ལ། མེ་ཏོག་ལ་སོགས་པའི་དྲི་  
བསྒྲོ་བར་མཐོང་གི་སྒྲ་ལྟར་རྒྱུན་མེད་པའམ། རྒྱུར་ལྟར་གིན་ཏུ་གཡོ་བ་དག་ལ་ནི་མེ་  
ཏོག་གི་དྲི་བསྒྲོ་བར་མ་མཐོང་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བས་ན་བག་ཆགས་སྒྲོ་བའི་གཞི་ནི་  
འཁོར་བའི་སྒྲེ་བ་ཀྱན་དུ་རྒྱུད་རྒྱུན་ཆགས་པར་འཇུག་པ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན་ཅོ། །དེ་  
ལྟར་རྒྱུད་རྒྱུན་ཆགས་པར་འཇུག་པ་དེ་ལ་དམིགས་པ་དང་རྣམ་པ་རིས་སུ་སྤྲོད་  
ཅིང་མི་གསལ་བའི་རང་བཞིན་ཅན་ཞིག་དགོས་ཏེ། དེ་ལྟ་བུའི་སྒྲོ་བྱེད་དག་མི་དག་  
ལུང་མ་བརྟན་གང་གི་ཡང་རྣམས་པ་འཇུག་ཏུ་རུང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རང་གི་རོ་བོ་  
གིན་ཏུ་སྒྲོ་བས་རྒྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །དམིགས་པ་རྣམས་པ་རིས་སུ་ཆད་ཅིང་གསལ་བོ་  
ཅན་རྣམས་ལ་ནི་བག་ཆགས་སྒྲོ་བར་རུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། རང་གི་རོ་བོ་སྒྲོ་བས་དང་  
ལྟར་པས་གཞན་གྱི་རྣམས་པ་འཇུག་པའི་གོ་མི་རྣམས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཕྱི་རོལ་ན་ཡང་གྲུ་ཅི་དང་སྒྲོག་སྒྲུ་ལ་སོགས་པ་དྲི་ཆེས་སྒྲོ་བས་དང་ལྟར་པ་



དག་ནི་མེ་དོག་ལ་སོགས་པ་རྩ་ས་གཞན་གྱི་དྲི་འཛིན་པར་མི་བྱེད་ལ། དེ་ལ་ལ་  
 སོགས་པ་དྲི་སུམ་ཞིང་སྟོབས་ཞན་པ་དག་གིས་ནི་མེ་དོག་གི་དྲི་འཛིན་པ་མཐོང་བ་  
 ཡིན་ཅོ། །དེ་བས་ན་ཆོགས་བདུན་དམིགས་རྣམ་རིས་སུ་ཆད་ཅིང་གསལ་བ་དག་ལ་  
 བོ་སྟོ་བར་བྱེད་ནུས་པ་མ་ཡིན་ཅོ། །དེ་ལྟར་རྒྱད་རྒྱན་ཆགས་གིང་དམིགས་རྣམ་རིས་  
 སུ་མ་ཆད་པ་ཡིན་ཡང་གྲངས་ཅན་གྱི་བདག་དུ་ལྟ་བུ་དགས་པ་དག་ནི་རྒྱུན་གྱིས་  
 ཟུང་པར་དུ་བྱར་མེད་ལ་གང་རྒྱུན་གྱིས་ཟུང་པར་དུ་བྱར་མེད་པ་དེ་དག་ལ་ནི། སྟོ་  
 བྱེད་གྱི་ནུས་པ་འཇུག་དུ་མི་རུང་བའི་བྱིར་སྟོ་བའི་གཞི་མ་ཡིན་གྱི། གཞན་དུ་ན་སྟོ་  
 བྱེད་དག་གི་ཟུང་པར་སྟེད་དུ་རུང་ཞིང་ནུས་པ་འཇུག་རུང་བ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན་ཅོ། །  
 དེ་ཡང་སྟོ་བྱེད་དག་དང་རྒྱད་གཅིག་ལ་དུས་གཅིག་དུ་འབྲེལ་པ་ཞིག་དགོས་ཏེ།  
 རྒྱད་གཞན་དུ་གདོགས་པའམ། སྟོ་བྱེད་དང་སྟོ་བྱིར་གྱུར་པ་དག་ནི། སྟོ་བྱེད་དང་།  
 འབྲེལ་པ་མེད་པས་བསྟོ་བའི་གཞིར་རུང་བ་མ་ཡིན་ཅོ། །

དེ་ལྟར་ན་སྟོ་བ་ཀུན་དུ་རྒྱད་རྒྱན་ཆགས་པར་འཇུག་པ་དང་དེ་ཡང་  
 དམིགས་རྣམ་རིས་སུ་མ་ཆད་ཅིང་མི་གསལ་བ་དང་མི་དྲག་པ་ཉིད་གྱིས་སྟོ་བྱེད་གྱི་  
 ནུས་པ་འཇུག་དུ་རུང་བ་དང་། སྟོ་བྱེད་དང་རྒྱད་གཅིག་ལ་དུས་གཅིག་དུ་འབྲེལ་པ་  
 ཞེས་བྱ་བའི་མཚན་ཉིད་དང་ལྟར་པ་ནི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་ལས་གཞན་ལ་ཡོད་པ་  
 མ་ཡིན་པས་དེའི་བྱིར་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་ཁོ་ན་བག་ཆགས་སྟོ་བའི་གཞི་ཡིན་ཅོ་  
 ཞེས་པ་འདི་གྲུབ་པ་ཡིན་ཅོ། །དོན་དེ་དག་ཀྱང་ཐེག་བསྟུན་ལས། །བརྟན་ལུང་མ་  
 བརྟན་སྟོ་བྱ་བ། །སྟོ་བར་བྱེད་དང་འབྲེལ་པ་ལས། །སྟོ་བྱེད་དེ་ལས་གཞན་དུ་མིན། །

འདི་ནི་བག་ཆགས་མཆོམ་ཉིད་དོ། །ཅེས་གསུངས་པས་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལ་ལུང་མ་བསྟན་ཞེས་པ་དག་མི་དག་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་ལ་འགྲེལ་  
པ་དག་གིས་འཆད་པ་ནི་རིགས་པར་མ་མཐོང་སྟེ། དེ་ལྟ་ན་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་  
ཡིད་ཀྱང་བག་ཆགས་སྟོ་བའི་གཞིར་བལ་བར་འགྱུར་དེ། བསྟན་ལུང་མ་བསྟན་ཞེས་  
བའི་ཆོགས་སུ་བཅས་པའི་དོན་ཆང་བའི་བྱིར་རོ། །ཅི་སྟེ་དེ་ནི་འཇིག་རྟེན་ལས་  
འདས་པའི་ལམ་མཛོན་དུ་གྱུར་པ་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་རྒྱན་ཆད་པའི་བྱིར་རོ་ཞེ་ན།  
དེ་ཅུ་གྱིས་མི་བརྟན་པ་མ་ཡིན་དེ། རི་སྐད་དུ་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་  
ཆོས་བརྟན་པ་དེ་དག་ལས་ཀྱང་ཁ་ཅིག །ཅེས་དེ་ཡང་བརྟན་པར་གསུངས་པའི་  
བྱིར་རོ། །དེ་བས་ན་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པའི་དོན་ནི་ཁོ་བོས་བཤད་པ་ལྟར་དམིགས་  
ནམ་ངེས་སུ་མ་ཆད་ཅིང་མི་གསལ་བའི་དོན་ཅན་དུ་འབྱད་པ་ཡིན་ནོ། །རི་སྐད་  
བཤད་པའི་མཆོམ་ཉིད་དག་ནི་ཀུན་གཞིའི་འཁོར་གྱི་སེམས་བྱུང་དག་ལ་ལྟན་པའི་  
བྱིར་བག་ཆགས་སྟོ་བའི་གཞིར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་དེ། སེམས་ལས་བྱུང་བ་  
དག་ནི་སྐད་ཅིག་རེ་རེ་ཞིང་སེམས་ལ་རྟེན་ནས་འབྱུང་བས་རང་གི་རིགས་འདྲ་སྟེ་མ་  
ལས་བྱི་མ་འབྱུང་བའི་རྒྱད་རྒྱན་ཆགས་པ་མེད་པས་བརྟན་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

ཡང་ན་གང་ཞིག་རྟེན་དུ་རུང་བ་དེ་ཁོ་ན་སྟོ་བར་བྱ་བའི་གཞི་ཡིན་དེ་  
གཞན་དུ་བག་ཆགས་ཀྱི་རྟེན་དུ་ཡང་མི་རུང་བའི་བྱིར་རོ། །སེམས་ལས་བྱུང་བ་དག་  
ནི་གཞན་ལ་བརྟེན་པ་ཁོ་ན་ཡིན་གྱི་གཞན་ལ་མ་བརྟེན་པར་རང་གནས་པའི་མཐུ་  
མེད་པས། དེའི་བྱིར་བག་ཆགས་སྟོ་བར་བྱེད་པའི་རྟེན་དུ་རུང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །གང་

དག་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཚེགས་ཕྱག་ཁོ་ན་སྒྲོ་བར་བྱ་བའི་གཞི་ཡིན་ཅོ་ཞེས་རང་གི་  
 རྩེ་བ་ཁ་ཅིག་སྒྲུབ་དེ་དག་བྱེ་བྲག་ཏུ་དགག་པར་བཞེད་ནས། ཐེག་བསྟུན་ལས།  
 དྲུག་པོ་དག་ལ་འབྲེལ་མེད་དེ། །ཐ་དད་གསུམ་དང་འགལ་བའི་བྱིར། །རིགས་ལ་  
 བྱ་ན་གཞན་དུ་ཐལ། །སྐད་ཅིག་ལྷན་ཅིག་མི་གནས་བྱིར། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། དེ་  
 ལ་འཇུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དྲུག་པོ་དག་པམ་རྩུ་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་སྒྲོ་བར་  
 བྱེད་དམ། འོན་ཏེ་དེ་དག་སྐད་ཅིག་སྒྲུ་མས་བྱི་མ་དག་ལ་སྒྲོ་བར་བྱེད། ཅིས་  
 བརྟགས། བྱོགས་དང་པོ་ལྟར་ན་ཡང་མི་རིགས་ཏེ། འཇུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
 དྲུག་པོ་དག་ནི་པམ་རྩུ་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །དཔེར་ན་རྒྱུད་ཐ་དད་པའི་  
 ཤེས་པ་བཞིན་ཅོ། །ཅིའི་བྱིར་འབྲེལ་བ་མེད་ཅེ་ན། །ཐ་དད་གསུམ་དང་འགལ་བའི་  
 བྱིར། །ཞེས་སྒྲོས་ཏེ། གང་དག་ཡུལ་དང་དབང་པོ་དང་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ཐ་དད་པ་ཁོ་  
 མ་ལས་སྒྲེས་པ་དེ་དག་ནི་པམ་རྩུ་འབྲེལ་བ་མེད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་རྒྱུད་  
 ཐ་དད་པའི་དབང་ཤེས་བཞིན་སྒྲེས་བྱ་གཅིག་གི་འཇུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
 རྣམས་ཀྱང་ཡུལ་དང་། དབང་པོ་དང་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་སོ་སོ་ཐ་དད་པ་ལས་སྒྲེས་པ་  
 ཡིན་ཅོ། །ཞེས་པའོ། །འབྲེལ་བ་མེད་ཀྱང་སྒྲོ་བྱ་སྒྲོ་བྱེད་དུ་འགྱུར་བ་ཅི་འགལ་ཞེ་ན།  
 མི་རུང་སྟེ། འདི་ལྟར་གང་ཞིག་གང་ལ་འབྲེལ་བ་མེད་པ་དེས་ནི་དེ་ལ་པམ་པ་ཉི་  
 བར་སྒྲོར་བ་ས་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་འབྲིགས་བྱེད་དང་གངས་ཅན་བཞིན། སྒྲེས་བྱ་  
 གཅིག་གི་འཇུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་ཀྱང་འབྲེལ་བ་མེད་པ་ཡིན་ཅོ། །ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་བྱུང་བར་བྱེད་པ་མ་དམིགས་པའོ། །པམ་པ་ཉི་བར་སྒྲོར་བ་མེད་པར་ཡང་



བག་ཆགས་སྒོ་བར་བྱ་བ་དང་སྒོ་བར་བྱེད་པར་ཡང་རིགས་པ་ས་ཡིན་ཏེ། གམས་  
 ཅད་ཀྱང་སྒོ་བར་བྱེད་པ་དང་། སྒོ་བར་བྱ་བའི་གཞིར་གལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །  
 ཅི་སྟེ་དུག་པོ་དག་གིས་མར་ཚུན་མི་སྒོའི་འོན་ཀྱང་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྐད་  
 ཅིག་སྐྱུ་མ་གར་ཡིན་པ་དེས་ནི་རང་གི་རིགས་འདྲ་ཕྱི་མ་ལ་སྒོ་བར་བྱེད་པོ་ཞེ་ན།  
 སྐད་ཅིག་ལྟར་ཅིག་གི་མི་གནས་ཕྱིར། །ཞེས་སྒོས་ཏེ། གར་གི་ཆེ་སྐྱུ་མ་སྐྱེས་པ་དེའི་  
 ཆེ་ཕྱི་མ་མ་སྐྱེས་ལ། གར་གི་ཆེ་ཕྱི་མ་སྐྱེས་པ་དེའི་ཆེ་སྐྱུ་མ་འགགས་པས་དེ་དག་སྐྱེ་  
 འགག་ལྟར་ཅིག་མ་བུས་པའི་ཕྱིར་སྒོ་བར་བྱ་བ་དང་སྒོ་བར་བྱེད་པར་རུང་བ་མ་  
 ཡིན་ནོ། །

[illegible]

འིགས་པའི་དབང་ལྷན་ཅི་ཤེས་པ་སྣ་པས་ཤེས་པ་ཕྱི་ལ་རང་དང་རྗེས་སུ་  
མཐུན་པའི་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པའི་རྣམ་ལྟན་དུ་བསྐྱེད་པ་ཅིད་ལ་སྣ་པས་ཕྱི་ལ་ལ་

བག་ཆགས་བཞག་པ་ཞེས་པའི་བྲ་སྒྲུང་བོ་པ་ལ། དེའི་བྱིར་སྒྲོ་བྱ་སྒྲོ་བྱེད་ནི་རྒྱ་  
 འབྲས་ཡིན་པའི་བྱིར་སྒྲུ་བྱི་ཁོ་ནར་རིགས་ཀྱི་དུས་མཉམ་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་མ་  
 རྒྱེས་པ་ན་རྒྱ་སྒྲུ་མེད་པས་འབྲས་བུ་ལ་པན་པ་ཉི་བར་སྒྲོར་བའི་ནུས་པ་མེད་པའི་  
 བྱིར་དང་རྒྱེས་པ་ན་རྒྱ་བཞིན་དུ་འབྲས་བུ་ཡང་གྲུབ་ཟེན་པས་རྒྱའི་བྱ་བ་མེད་པའི་  
 བྱིར་རོ། །དེ་བས་ན་དུས་མཉམ་པའི་རྒྱས་ནི་རང་ཉིད་གྲུབ་པ་དང་མ་གྲུབ་པའི་དུས་  
 གང་གི་ཆེ་ཡང་འབྲས་བུ་ལ་པན་པ་ཉི་བར་མི་སྒྲོར་བའི་བྱིར་འབྲད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །  
 ཞེས་བྱ་བར་བཞེད་པ་ཡིན་ཏེ། རི་སྒྲུང་དུ་རྒྱམ་འགྲེལ་ལས། མེད་པ་སྒྲུར་ནུས་མེད་  
 བྱིར་དང་། བྱིས་ཀྱང་ཉི་བར་མི་སྒྲོར་བྱིར། རྒྱ་རྒྱམས་བསམས་ཅད་སྒྲུར་ཡོད་ཡིན། །  
 ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །སྒྲོ་བར་བྱ་བའི་གཞི་ཡང་རི་སྒྲུང་བཤད་པའི་མཚན་ཉིད་  
 ཅན་གྱི་ཀུན་གཞི་ནི་ཞལ་གྱིས་མི་བཞེས་པར་མངོན་ཏེ། དེ་ལྟ་བུའི་རྒྱམ་ཤེས་ནི་ཆད་  
 མ་གཉིས་གང་གིས་ཀྱང་མ་གྲུབ་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་ལ་རེ་ཞིག་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པའི་  
 རྒྱེས་སྒྲུང་བག་པ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འདིའི་རང་བཞིན་དང་འབྲས་བུ་གང་ཡང་  
 སྒྲུར་དུ་མི་རུང་བའི་བྱིར་རོ། །རེ་ཞིག་རང་གི་རང་བཞིན་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་སྒྲུབ་པར་  
 བྱ་བ་དང་མཚུངས་པའི་བྱིར་སྒྲུབ་བྱེད་དུ་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །འདིའི་འབྲས་བུ་  
 འགའ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

འདི་ནི་ཤིན་ཏུ་སྒྲོག་ཏུ་གྱུར་པ་ཉིད་ཀྱིས་གཞི་གང་དུ་ཡང་སྒྲུར་དུ་རུང་བ་མ་  
 ཡིན་ལ། དེའི་བྱིར་འདིའི་ནུས་པ་ཡོད་པ་དང་། མེད་པའི་རྒྱེས་སྒྲུ་འདུག་པ་དང་།  
 རྒྱེས་པའི་འབྲས་བུ་འགའ་ཡང་ཆད་མས་གྲུབ་པ་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །པན་འདོགས་

པའི་རྣམ་པ་མ་མཐོང་བཞིན་དུ་ཡང་འདི་དག་ཀུན་གཞིས་བྱས་སོ་ཞེས་སྒྲུ་ན་ནི། བྱི་  
 དང་ནང་གི་འདུ་བྱེད་འདི་ཀུན་ཡང་དབང་ལྷན་གཤམ་གཙོ་བོས་བྱས་ཤེས་སྒྲུ་བ་ཡང་དགག་  
 ཏུ་ཅི་ཞིག་ཡོད་དེ། །གཞིས་ཀ་ལ་ཡང་སྒྲུབ་བྱེད་མེད་པར་མཆུངས་པའི་བྱིར་རོ། །  
 གཞན་ཡང་ས་བོན་ཐམས་ཅད་པའི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་འཁོར་བ་ཇི་  
 སྟོན་དུ་རྒྱུན་འཇུག་པར་ཁས་ལེན་བ་ཡིན་ན། དེ་ལྟར་འཇུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
 ལ་སོགས་པའི་འབྲས་བུ་ཐམས་ཅད་དུས་གཅིག་ཅར་སྒྲེབ་དང་། རྣམ་ཡང་མེད་པ་  
 ཡིན་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་དག་གི་རྒྱ་རྒྱུ་ཏུ་ཉེ་བར་ཡོད་པའི་བྱིར་རོ། །

ཅི་སྟེ་རྒྱ་ས་བོན་ཡོད་ཀྱང་ལྷན་ཅིག་བྱེད་པའི་རྒྱུན་ཉེ་བར་མི་གནས་པའི་  
 བྱིར་རྒྱུ་ཏུ་སྒྲེབ་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། ལྷན་ཅིག་བྱེད་པའི་རྒྱུན་དེ་ཡང་ཀུན་གཞི་ལས་  
 གཞན་པའི་རྒྱ་ལས་འབྱུང་བར་ཁས་ལེན་ན་ནི། ཀུན་གཞི་ས་བོན་ཐམས་ཅད་པ་  
 ཡིན་པར་འགལ་ཞིང་། བྱི་ནང་གི་འདུ་བྱེད་ཐམས་ཅད་ཀུན་གཞིའི་ས་བོན་ལས་  
 འབྱུང་ངོ་ཞེས་པའི་གྲུབ་པའི་མཐའ་ལ་ཡང་གཞོད་པར་འགྱུར་རོ། །ཅི་སྟེ་ཡང་ཀུན་  
 གཞིའི་རྒྱ་ལས་འབྱུང་ན་ནི་ལྷན་ཅིག་བྱེད་རྒྱུན་དུ་འདོད་པ་ཡང་ཅིའི་བྱིར་རྒྱུ་ཏུ་སྒྲེབ་  
 བར་མི་འགྱུར་ཏེ། རྒྱ་རྒྱུ་ཏུ་ཉེ་བར་ཡོད་པའི་བྱིར་རོ། དེ་ལ་ཡང་ལྷན་ཅིག་བྱེད་རྒྱུན་  
 གཞིས་པ་ཉེ་བར་མི་གནས་པའི་བྱིར་ཞེས་པ་ལས་གཞན་པའི་ལན་ཅི་ཞིག་ཡོད། དེ་  
 ལ་ཡང་རྒྱུ་པ་སྒྲུ་མ་ཁོན་འཇུག་པའི་བྱིར་ལན་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བས་ན་  
 འབྱུང་གཞི་ཉིད་རྒྱ་དང་རྒྱུན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་ནམ་དུ་ཡང་རྒྱུན་  
 མི་འཆད་པའི་བྱིར་བྱི་ནང་གི་འབྲས་བུ་ཀུན་ནས་ནམ་དུ་ཡང་རྒྱུན་མི་འཆད་པར་



ཐལ་བ་སོན་འདུག་པ་ཡིན་ནོ། །

ཅི་སྟེ་ས་བོན་ཐམས་ཅད་པའི་ཀུན་གཞི། བས་ལེན་པ་ལ་ཉེས་པ་མེད་ན།  
 རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དང་ལྡན་པའི་གཙོ་བོ་འདི་དག་ཀུན་གྱི་རྒྱུར་སྒྲུབ་པའི་གྲངས་ཅན་  
 ལ་ཡང་མི་རིགས་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད་དེ། དེ་དག་ཚུལ་མཚུངས་པའི་བྱིར་རོ། །ཅི་སྟེ་  
 གཙོ་བོ་ནི་རྟག་པ་ཡིན་ལ་ཀུན་གཞི་ནི་མི་རྟག་པའི་བྱིར་མཚུངས་པ་མ་ཡིན་ནོ་སྟུམ་ན།  
 ཀུན་གཞི་མི་རྟག་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཡང་ཆོག་ཙམ་དུ་བྱད་གྱི་རྒྱུ་བ་པར་བྱེད་པའི་རིག་  
 པ་ཅུང་བྱད་གྲང་མེད་དེ། ཀུན་གཞི་རང་ཉིད་གྱི་རྒྱུ་བ་བྱེད་ལྟར་མ་གྲུབ་པའི་བྱིར་རོ། །  
 དེ་ལྟར་ན་ཀུན་གཞི་མེད་པར་ཁས་སྒྲུངས་ནིར་དེ་ཡང་མི་རྟག་པའི་རྒྱུ་བ་བྱེད་ཡང་  
 དག་པའི་བྱིར་རྟག་པར་དོན་གྱིས་ཁས་སྒྲུངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་བྱིར་ཀུན་གཞི་མི་  
 རྟག་ལ་གཙོ་བོ་རྟག་ཅེས་པའི་བྱེད་པར་ཡང་མི་རིགས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་བས་ན་འདི་  
 ལ་རྒྱུ་བ་པར་བྱེད་པའི་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཅི་སྟེ། ཐོག་མ་མེད་  
 པའི་དུས་གྱི་དབྱེངས། །ཞེས་དང་། ལེན་པའི་རྣམ་པར་གཤམ་པ་བྱེད་ཅིང་ཐུ། །ཞེས་  
 པ་ལ་སོགས་པའི་ལུང་འདིའི་རྒྱུ་བ་བྱེད་ཡིན་ནོ་སྟུམ་ན་ཡང་། འདི་ནི་ལུང་གི་དོན་དུ་  
 ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱུ་བ་བྱེད་མེད་ཅིང་རི་རྒྱན་བཤད་པའི་གཞོན་བྱེད་དང་  
 བཅས་པའི་བྱིར་རོ། །རྒྱུ་བ་བྱེད་མེད་ཅིང་གཞོན་བྱེད་དང་བཅས་པའི་དོན་སྟོན་པ་  
 ཡང་ཐམས་ཅད་མཆེན་པའི་གསུང་དུ་རིག་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་བ་བོ་ཐམས་ཅད་  
 མཆེན་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་བྱིར་རོ། །

དེ་བས་ན་ལུང་ནི་གཞོན་པ་མེད་པའི་དོན་ཅན་དུ་བཤད་པར་རིགས་སོ། །

ཀུན་གཞི་ཁས་ལེན་པ་དག་ཀྱང་དེ་མཛོན་སུམ་ཡུལ་དུ་ཁས་མི་ལེན་པ་དེའི་ཕྱིར་དེ་  
 སྐྱབ་པ་ལ་འབད་པ་བྱེད་མི་དགོས་སོ། །དེ་ལྟར་ན་རིགས་པའི་ཚུལ་དེ་ལྟ་བུ་དང་  
 གཞན་ཡང་གཟིགས་ནས་རིགས་པའི་དབང་ལྷན་རྒྱུ་ལྟར་པ་གཏིས་དང་། དཔལ་ལྷན་  
 ཟླ་བ་གྲགས་པ་ལ་སོགས་པ་ཆེན་པོ་འགའ་ཞིག་ཀུན་གཞི་མི་བཞེད་པར་མཛོན་ཏེ།  
 དབུ་མ་ལ་འཇུག་པར། ཀུན་གཞི་ཡོད་ཅིང་གང་ཟག་ཏིང་ཡོད་ལ། །ལུང་པོ་འདི་  
 དག་འབའ་ཞིག་ཏིང་ཡོད་ཅིས་དང་། གསུངས་པ་དེ་ནི་དེ་ལྟར་ཆེས་ཟབ་དོན། །  
 རིག་པར་མི་འགྱུར་གང་ཡིན་དེ་ལའོ། །ཞེས་དང་། དེའི་འགྲེལ་པར་ཡང་། དབང་  
 ལྷན་ཏེ། ཀུན་གཞི་མི་ཏེ། ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་ཁྱད་པར་རོ། །ཞེས་པ་ལ་སོགས་  
 པས་དགག་པ་མཛད་པ་ཡིན་ནོ། ། རིགས་པའི་དབང་ལྷན་གི་རིགས་པའི་འགྲོས་  
 ལ་བརྟགས་ན་མི་བཞེད་པར་མཛོན་པ་ཙམ་མ་གཏོགས་དེ་དག་གི་གཞུང་རྒྱུ་སྐྱ་  
 ཀུན་གཞི་ལ་དགག་པ་མཛད་པ་ཡང་མེད་ལ་སྐྱབ་པ་ཡང་མེད་དོ། །གང་ཡང་རྒྱུ་  
 འགྲེལ་ལས། གཅིག་ཅར་རིགས་མི་མཐུན་སྟེ་ཡང་། །ཤིན་ཏུ་གསལ་བའི་སེམས་  
 གཅིག་གིས། །རྣམ་པ་ཉམས་པར་བྱས་པའི་ཕྱིར། །ཀུན་གཞི་ལས་གཞན་འབྱུང་བ་  
 མིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ཡང་། ཀུན་གཞི་འཇུག་གེས་ཀྱི་རྒྱུར་ཁས་ལེན་པའི་ཕྱོགས་  
 ལ་གཞན་གྱིས་བཞོད་པའི་ཉེས་པ་མེད་ཅིས་ཟུར་ན་གནས་པའི་རྟོལ་བས་གཟུ་  
 ཐོར་གནས་པའི་ལན་མཛད་པ་ཡིན་གྱི་རང་གི་ཕྱོགས་སུ་བྱེད་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ་ཀུན་  
 གཞིའི་སྐྱབ་བྱེད་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མ་བཞོད་པའི་ཕྱིར་དང་། སྐབས་གཞན་དུ་འཇུག་  
 གེས་ཀྱི་རྒྱ་ཡུལ་དབང་ཡོད་ལ་བྱེད་པ་གསུམ་དུ་ངེས་པར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འོ་

ན་སྒྲོབ་དཔོན་འདི་དག་བག་ཆགས་བསྒྲོ་བའི་གཞི་ཇི་ལྟ་བུ་ཞིག་བཞེད་པ་ཡིན་ཞེ་ན།  
 དབང་པོའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་སྒྲིད་ཅིག་སྒྲི་མ་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲིད་ཅིག་ཕྱི་མ་རྣམས་ལ་  
 རང་གི་རིགས་འབྲེག་ཞེད་པའི་རྒྱ་མཐུན་གྱི་བག་ཆགས་ཅམ་བསྒྲོ་བར་བྱེད་གྱི།  
 མཐའ་གཅིག་ཏུ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཕྱི་འདི་དག་གིས་དག་བའམ་མི་དག་བའི་ལ་  
 སོགས་པ་མི་འདོད་ལ། དེའི་ཕྱིར་འདི་དག་ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་སྒྲོ་བྱེད་ནི་མ་ཡིན་ལོ། །

ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་དག་མི་དགའི་རང་བཞིན་དུ་སྒྲེ་བས་དེའི་ཕྱིར་  
 དེ་དག་སྒྲི་མས་ཕྱི་མ་ལ་ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་ཀྱང་འཛོག་པར་བྱེད་ལ། དེ་ཉིད་རང་  
 འཛོན་པ་དང་། མཛོན་པར་བཞེད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་སྒྲེ་བའི་ཕྱིར་བདག་ཏུ་འཛོན་  
 པའི་བག་ཆགས་དང་། མཛོན་པར་བཞེད་པའི་བག་ཆགས་ཀྱང་འཛོག་པར་བྱེད་པ་  
 ཡིན་ལོ། །དེ་ལྟར་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི། སེམས་མེད་པའི་གནས་སྐབས་ལྟ་  
 བ་རྒྱུ་ཆད་པའི་ཕྱིར་ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་དག་ཀྱང་རྒྱུ་ཆད་པས་ལས་བྱས་པ་རྒྱུ་  
 རྩམ་པའི་ཉེས་པར་ཇི་ལྟར་མི་འབྱུང་ཞེ་ན། ཉེས་པ་འདི་མེད་དེ། སྒྲི་གཉིད་ལོག་  
 ཁ་དང་བརྒྱལ་ཁ་ལ་སོགས་པའི་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་ལས་ཕྱིས་སད་མ་ཐག་  
 པའི་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་སྒྲི་མ་ཡང་ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་དང་ལྟན་པར་སྒྲེ་  
 བའི་ཕྱིར་རོ། །འགགས་ནས་རིང་དུ་ལོན་པའི་རྒྱ་ལས་འབྲས་བུ་ཇི་ལྟར་འབྱུང་ཞེ་ན།  
 ཅིའི་ཕྱིར་རྒྱུར་མི་རུང་། རྣམ་སུ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ནི་རྒྱ་འགག་མ་ཐག་པ་  
 ལ་ཡང་མཚུངས་པ་ཡིན་ལོ། །

དེ་ནི་འབྲས་བུ་སྒྲེས་པའི་ཆེ་རྣམ་སུ་མེད་ཀྱང་སྒྲེ་བ་ལ་མཛོན་དུ་ཕྱོགས་



པའི་ཆོ་ཡོད་པས་མཚུངས་པ་མ་ཡིན་ཅོ་ཞེན། དེ་ནི་སྤྲ་མ་ལ་ཡང་མཚུངས་པ་ཡིན་ཏེ།  
 འདི་ལྟར། བརྒྱལ་ཁའི་ཡིད་ཀྱིས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རང་ཉིད་སྐྱེས་པའི་དུས་དེ་ཉིད་  
 བྱིས་ཀྱིས་ཡིད་ཀྱི་ཤེས་པ་དེ་སྐྱེ་བ་ལ་མངོན་དུ་ཕྱོགས་པའི་དུས་ཡིན་ཏེ། བརྒྱལ་  
 བར་བྱེད་པའི་འགལ་རྒྱུན་ཉི་ཤེས་པ་ལ་གནས་ན་སྤྲ་མ་དེ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་རོ། །  
 དཔེར་ན་རྒྱ་འགགས་མ་ཐག་འབྲས་བུ་སྐྱེ་བ་ལ་རྒྱ་འགག་པ་ལ་མངོན་དུ་ཕྱོགས་  
 པའི་དུས་དེ་ཉིད་འབྲས་བུ་སྐྱེ་བ་ལ་མངོན་དུ་ཕྱོགས་པའི་དུས་སུ་ཐ་སྙད་འདོགས་པ་  
 བཞིན་ཅོ། །དེ་བས་ན་རྒྱལ་ཁའི་ཡིད་ཀྱི་ཤེས་པ་དེས་ནི་རང་གི་རིགས་འདྲ་སྤྱི་མ་  
 མཚམས་སྦྱར་བར་རྣམ་པ་ཡིན་ཏེ། ལོག་སྤྱོད་དང་མ་བུལ་བའི་ཡིད་ཀྱིས་ཤེས་པ་  
 ཡིན་པའི་སྤྱིར་དཔེར་ན་ཐ་མལ་པ་འཆི་ཁའི་ཡིད་ཀྱི་ཤེས་པ་བཞིན་ཅོ། །དེ་ལྟ་ན་  
 ཡང་དེ་མ་ཐག་འཆམས་མི་སྦྱར་བ་ནི་རེ་ཞིག་ཡིད་ཤེས་སྐྱེ་བའི་གོགས་སུ་གྱུར་པའི་  
 བརྒྱལ་བའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ལུས་འགྱུར་བའི་ཁུད་པར་ཉི་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཡིན་གྱི།  
 གང་གི་ཆོ་ལུས་ཀྱི་འགྱུར་བའི་ཁུད་པར་དེ་ལྟ་བུ་དང་བུལ་བ་དེའི་ཆོ་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་  
 ཤེས་སྤྱི་མ་འཆམས་སྦྱར་བ་ཡིན་ཅོ། །དེ་བས་ན་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་རྒྱུད་ཚོས་པ་ལ་  
 མོགས་པའི་ཉིས་པ་མེད་པར་བཞེད་པ་ཡིན་ཅོ། །གང་ལ་སྒོ་བར་བུ་བའི་གཞི་  
 བཤད་ཅིན་ཏོ། །

ད་ནི་བསྒོ་གཞི་ལ་སྒོ་བྱེད་དག་གིས་ཚུལ་ཁྲིལ་བསྒོ་བ་བརྗོད་པར་བུའོ། །  
 དེ་ལ་སྒོ་བྱེད་དེ་དག་དང་བསྒོ་བའི་གཞི་རྒྱུད་གཅིག་ལ་ལྷན་ཅིག་སྐྱེ་འགག་བུས་  
 པའི་སྒོ་ནས་བསྒོ་གཞི་ལ་སྒོ་བྱེད་རང་ཉིད་འགགས་ཀྱང་དུས་བྱིས་རང་དང་རྗེས་སུ་

མཐུན་པའི་འབྲས་བུ་འབྱུང་བའི་རྣམ་པ་བཞག་པ་ཉིད་བག་ཆགས་བགོས་པའི་  
 རོན་ཡིན་ཏེ་དཔེར་ན། ཏིལ་དང་མེ་ཏྲོག་ལྷན་ཅིག་ཏུ་བཞག་པ་ན་མེ་ཏྲོག་འགགས་  
 གུང་ཏིལ་ལ་མེ་ཏྲོག་གི་དྲི་འབྱུང་བར་དམིགས་ལ་དེའི་ཕྱིར་མེ་ཏྲོག་གིས་ཏིལ་ལ་དྲི་  
 དེ་ལྟ་བུ་འབྱུང་བའི་རྣམ་པ་བཞག་པར་མཛོན་པ་བཞིན་ནོ། །བག་ཆགས་བསྒྲོ་བའི་  
 རྒྱལ་འདི་ལ་སྒྲོ་བ་དཔོན་སྤྱི་མ་དག་གི་ལུགས་གསུམ་སྟེ། འདི་ལྟར། ཁ་ཅིག་ན་རེ་  
 བག་ཆགས་ནི་སྒྲོ་བྱེད་ལ་མི་ལྟོས་པར་ཀུན་གཞི་ལ་གདོད་མ་ནས་ཆོས་ཉིད་ཀྱིས་  
 གནས་ལ། སྒྲོ་བྱེད་དག་གིས་ནི་དེ་ཉིད་གསོས་གིང་རྣམ་པ་བརྟམས་པར་བྱེད་པ་ཅུ་  
 ཏུ་ཟད་དོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །གཞན་དག་ན་རེ་བག་ཆགས་ནི་སྒྲོན་མེད་པ་གསར་དུ་  
 སྒྲེད་པར་བྱ་བ་ཁོ་ན་ཡིན་གྱི་ཆོས་ཉིད་ཀྱིས་གནས་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཏིལ་ལ་སོགས་  
 བ་ལ་ཡང་མེ་ཏྲོག་ལ་སོགས་པས་དྲི་གསར་དུ་སྒྲོ་བར་མཐོང་གི་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་གནས་  
 བ་མ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །གཞན་དག་ན་རེ་བག་ཆགས་ཁ་ཅིག་ནི་ཆོས་  
 ཉིད་ཀྱིས་གནས་པ་ཡོངས་སུ་གསོ་བར་བྱ་བ་ཡིན་ལ། གཞན་དག་ནི་སྒྲོ་བྱེད་ཀྱི་  
 གསར་དུ་སྒྲེད་པར་བྱ་བ་ཡང་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་བསྒྲེད་པའི་བག་ཆགས་རྣམས་ནི་  
 ཆོས་ཉིད་ཀྱི་གནས་པའི་བག་ཆགས་རྣམས་ཀྱི་བདག་པོའི་རྒྱུན་ཡིན་ལ། གཉིས་ཀ་  
 ཡང་འབྲས་བུ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུའི་རྒྱུན་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་སེམས་སོ། །

དེ་ལ་ཕྱོགས་དང་པོ་ལ་ཁ་ཅིག་འདི་སྒྲིབ་བྱེད་པར་བྱེད་དེ། ཅི་སྟེ་འདོད་  
 ཆགས་ལ་སོགས་པ་སྒྲོ་བར་བྱེད་པ་དག་གིས་ཆོས་ཉིད་ཀྱིས་གནས་པའི་བག་  
 ཆགས་གསོ་བ་ཅུ་མ་ཡིན་གྱི་བསྒྲེད་པར་མི་བྱེད་ན། དེ་ལྟ་ན་དེ་དག་ནི་ཀུན་གཞིའི་

རྒྱུ་མེད་ཀྱི་རྒྱུ་མེད་དུ་མི་འགྱུར་ལ། དེ་ལྟ་ན་ཡང་གཤམ་བསྐྱུས་ལས། རི་ལྗང་གུན་  
 གཞིའི་རྒྱུ་པར་ཤེས་པ་གུན་ནས་ཞོན་མོངས་པའི་ཆོས་རྒྱུ་ཡིན་པ་དེ་ལྟར།  
 གུན་ནས་ཞོན་མོངས་པའི་ཆོས་རྒྱུ་ཡིན་པ་ཀྱང་གུན་གཞིའི་རྒྱུ་པར་ཤེས་པའི་རྒྱུ་མེད་  
 དུ་རྒྱུ་པར་བཞག་སྟེ། ཞེས་གསུངས་པ་དང་འགལ་བའི་ཕྱིར་རོ། ། ཞེས་བེད་རོ། །  
 དེ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། རིགས་མཐུན་པའི་བག་ཆགས་ཡོངས་སུ་གསོ་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་  
 རྒྱུ་མེད་ཡིན་ལ་རིགས་མི་མཐུན་པའི་བག་ཆགས་གསོ་བར་བྱེད་པ་ནི་བདག་པོའི་  
 རྒྱུ་མེད་ལོ། ། ཏིལ་ལ་སོགས་པ་ལ་མེ་ཏོག་གི་དྲི་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་གནས་པར་མ་མཐོང་  
 བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་པའང་། མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱུ་མེད་དང་དྲོ་བ་ལ་སོགས་པ་མེ་ཏོག་དང་  
 འབྲུད་ཀྱང་དྲི་མི་འཛིན་པས་དེ་དག་ལ་ཆོས་ཉིད་ཀྱིས་དྲི་འཛིན་པའི་རྒྱུ་པ་མེད་པ་  
 ཡིན་ལ་ཏིལ་ལ་ནི་དྲི་ཆོས་ཉིད་ཀྱིས་གནས་པར་ཤེས་ཏེ། གཞན་དུ་མེ་ཏོག་དང་  
 འབྲུད་ཀྱང་རྒྱུ་མེད་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་དྲི་གཏན་མི་འཛིན་པར་བྲལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །  
 ཞེས་ལན་འདེབས་པར་བྱེད་དོ། ། རྩོགས་གཉིས་པ་ལ་ཡང་འདི་རྒྱུ་མེད་པར་བྱེད་དོ། །  
 ཅི་སྟེ་བག་ཆགས་ཆོས་ཉིད་ཀྱིས་མི་གནས་པར་གསུང་དུ་སྟོང་བར་བྱེད་ན། གུན་  
 གཞིའི་རྒྱུ་པར་ཤེས་པ་ཡང་གུན་གཞི་གཞན་དང་འབྲུད་ནས་བག་ཆགས་གསུང་  
 དུ་སྟོང་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། འབགས་པའི་ལམ་ཡང་། སྟོང་ལམ་མན་ཆད་དུ་སྟེ་  
 བ་མ་མཐོང་བས་དེའི་བག་ཆགས་གསུང་དུ་དགོས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། གུན་གཞིའི་  
 རྒྱུ་པར་ཤེས་པ་དང་འབགས་པའི་ལམ་དང་པོ་རྒྱ་མེད་པར་བྲལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །

འག་ཆགས་ཚེས་ཉིད་གྱིས་གནས་པ་ལ་ནི་ཚེས་ཉིད་གྱིས་གནས་པའི་



ཀུན་གཞིའི་ས་པོན་དང་ཟག་མེད་གྱིས་ས་པོན་ལས་ཀུན་གཞི་དང་། འཕགས་པའི་  
ལས་དང་པོ་རྣམས་སྒྲེ་བས་ཉེས་པ་མེད་དོ་ཞེས་ཆོལ་བར་བྱེད་དོ། །དེ་ལ་བག་  
ཆགས་གསར་དུ་སྒྲོ་བར་ཁས་ལེན་པ་དག་ན་རེ་ཉེས་པ་འདི་མེད་ཏེ། བར་གྱི་སྒྲེ་  
མཆེད་ལ་དམིགས་པའི་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པས་ཀུན་གཞི་ལ་ཡང་དམིགས་པས་  
དེའི་བགོས་པའི་བག་ཆགས་ལས་ཀུན་གཞི་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་དང་། འཕགས་པའི་  
ལས་གྱི་རིགས་ཀྱང་ཟག་མེད་མ་ཡིན་གྱི་རྒྱུར་གང་ལ་སྒྲིབ་པ་གཉིས་གྱི་ས་པོན་སྤང་  
རུང་དུ་ཡོད་པ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་རིགས་ཡིན་ལ། གང་ལ་ཉོན་མོངས་པའི་  
སྒྲིབ་པ་ཅམ་སྤང་དུ་རུང་བ་དེ་ནི་ཉོན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་གྱི་ཡིན་ཅིང་། གང་  
ལ་སྒྲིབ་པ་གཉིས་ཀའི་ས་པོན་སྤང་དུ་མི་རུང་བ་དེ་ནི་རིགས་མེད་པ་ཡིན་ལ། འཕགས་  
པའི་ལས་དང་པོ་ལ་ནི་རྒྱའི་རྒྱུ་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །རྒྱུ་བཞི་ལས་སེམས་དང་  
སེམས་བྱུང་རྣམས་སྒྲེ་འོ་ཞེས་པ་ཡང་སྤྲིད་པ་ལ་དགོངས་གྱི་རེས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །  
དེའི་ཕྱིར་ཇི་སྒྲུང་བཤད་པའི་སྒྲོན་མེད་དོ་ཞེས་ལན་འདེབས་པར་བྱེད་དོ། །

དེ་ལ་ཡང་གཞན་དག་ན་རེ། ཀུན་གཞི་ལ་གནས་པའི་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་  
ཤེས་པས་དེའི་བག་ཆགས་སྒྲོ་བར་བྱེད་དོ་ཞེས་པ་མི་རིགས་ཏེ། དེ་ལྟ་ན། གཞན་  
གྱི་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་ལ་དམིགས་པའི་ཡིད་གྱི་ཤེས་པས་ཀྱང་  
རང་ལ་དེ་དག་གི་བག་ཆགས་སྒྲོ་བར་འབྱུང་ལ། དེ་ལྟ་ན་རང་ལ་གཞན་གྱི་སེམས་  
དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་སྒྲེ་བས་སེམས་ཅན་རྣམས་རྒྱུད་གཅིག་དུ་བལ་བའི་  
ཕྱིར་རོ། །འཕགས་པའི་ལས་གྱི་རིགས་ཀྱང་སྒྲིབ་པ་སྤང་བ་ཅམ་ཡིན་ལ། འཕགས་

པའི་ལས་དང་པོ་ལ་རྒྱའི་རྒྱུ་མེད་དོ་ཞེས་ཟེར་བ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །རང་  
བཞིན་དུ་གནས་པའི་རིགས་ནི་སྒྲིམ་ཆེད་དུག་གི་བྱུང་པར་རོ་ཞེས་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་  
དང་། རྩེ་བ་ཐམས་ཅད་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་ཀུན་རྒྱུན་བཞི་ལས་སྒྲིམ་  
ཁས་ལེན་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྣམ་པར་གཏན་ལ་དབབ་པ་བསྟུ་བ་ལས་འབྱུང་བ་ནི་  
སྒྲིབ་པ་སྒྲབ་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཟག་པ་མེད་པའི་ས་བོན་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་བསྟུ་བ་པ་ཡིན་ནོ་  
ཞེས་པའི་དགོངས་པ་དྲག་པར་རྒྱས་སོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་ལ་དོན་གསུང་རྣམ་པར་  
བཤད་པ་ནི་བག་ཆགས་ཆོས་ཉིད་ཀྱིས་གནས་པ་ཉིད་འཐད་པའི་ཕྱོགས་སུ་སྒྲབ་  
པར་བྱེད་མོད། འོན་ཀྱང་འོ་བོས་ནི་བག་ཆགས་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་གནས་སམ། གསུང་  
དུ་སྒྲིམ་ཞེས་དཔྱེད་པ་ཉིད་གནས་མ་ཡིན་པ་ལ་དཔྱེད་པ་བྱེད་པར་རྟོགས་སོ། །

གལ་ཏེ་བག་ཆགས་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོས་བྱེ་བྲག་སྒྲབ་པ་ལ་སོགས་པས་འདོད་  
པའི་ཐོབ་པ་ལྟ་བུ་རྫས་སུ་གྱུབ་པ་ཞིག་ཡོད་ན་དེའི་ཆེ་དེ་ནི་གདོད་མ་ནས་ཡོད་དམ།  
འོན་ཏེ་རྒྱས་གསུང་དུ་སྒྲབ་པ་ཡིན་ཞེས་དཔྱེད་པར་རིགས་ཏེ། རྣམ་པ་གཞན་དུ་ན་  
རྫས་སུ་གྱུབ་པར་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ནི་བག་ཆགས་ཞེས་པ་རྫས་སུ་གྱུབ་  
པར་མི་འདོད་ཀྱི་འོན་ཀྱང་འདིར་ནི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་ཆོས་རྣམས་བསྒྲིལ་  
པའི་རྒྱས་པ་ཉིད་ལ་བག་ཆགས་ཞེས་ཉེ་བར་བཏགས་པ་ཅུམ་དུ་ཟད་ལ། རྒྱས་པ་དེ་  
ཡང་ཀུན་གཞི་ལས་གཅིག་དང་ཐ་དད་གང་དུ་ཡང་བཏགས་པར་མི་རྒྱས་པ་ལྟར་  
གདོད་མ་ནས་ཆོས་ཉིད་ཀྱིས་གནས་སམ་འོན་ཏེ་རྒྱུ་མེད་ཀྱིས་གསུང་དུ་སྒྲབ་ཅེས་  
བཏགས་པར་ཡང་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །འོན་ཀྱང་ཀུན་གཞི་འདི་ཉིད་གདོད་མ་ནས་

ནུས་ལྡན་དུ་གནས་སམ་འོན་ཏེ་རྒྱུན་གྱིས་གསུང་དུ་ནུས་པ་དང་ལྡན་པར་སྒྲུབ་པ་  
ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཙམ་ཞིག་ནི་དབྱུང་པར་རིགས་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་དབྱུང་པ་ན་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་འདི་ནི་གདོད་མ་ནས་  
ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྒྲེས་པའི་ནུས་ལྡན་དུ་གནས་སོ་ཞེས་བྱ་  
བ་འདི་འབྲང་པ་ཡིན་ནོ། །གདོད་མ་ནས་དེ་ལྟར་གནས་སོ་ཞེས་པའི་དོན་འདི་ཅི་ཞེ་ན།  
རང་གི་རྒྱ་ལས་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་རྒྱར་རུང་བའི་རོ་བོར་སྒྲེའོ་  
ཞེས་པ་ཡིན་གྱི། གྲངས་ཅན་གྱི་གཙོ་བོ་ལྟར་སུས་ཀྱང་མ་བྱས་པར་གདོད་མ་ནས་  
དེ་ལྟར་ཡོད་དོ་ཞེས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཅིའི་ཕྱིར་རང་གི་རྒྱ་ལས་དེ་ལྟར་དུ་སྒྲེས་ཞེ་ན།  
ཅི་སྟེ་འདི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་ཆོས་འགའ་ཞིག་གི་རྒྱར་མི་རུང་བའི་རང་  
བཞིན་དུ་རྒྱས་སྒྲེད་པ་ཡིན་ན་ནི། དེའི་ཆེ་འདི་རྒྱུན་དང་ལྷན་གྱང་ཆོས་དེ་དག་གི་  
རྒྱར་མི་རུང་སྟེ། ཆོས་དེ་དག་མི་བསྒྲེད་པ་ནི་འདིའི་རང་བཞིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ།  
རང་གི་རྒྱ་ལས་དེ་ལྟར་དུ་སྒྲེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ནི་  
རྒྱུན་གྱིས་བསྒྲུབ་བར་ནུས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཆོས་རྣམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ནི་སུས་ཀྱང་  
དཀྱུག་པར་མི་ནུས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཅི་སྟེ་འདི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་ཆོས་འགའ་ཞིག་གི་རྒྱར་མི་རུང་ན་  
ཡང་། དེའི་ཕྱིར་འདི་ནི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ས་བོན་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་པ་འདི་  
མི་འབྲང་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་ཀུན་ནས་ཉོན་  
མོངས་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་བསྒྲེད་པའི་ནུས་ལྡན་དུ་ཆོས་ཉིད་ཀྱིས་གནས་སོ་ཞེས་



བྱ་བ་འདི་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་འདི་ནི་སྒྲོ་བྱེད་ལ་མ་ལྟོས་པར་ཆོས་ཉིད་ཀྱིས་  
རྣམ་ལྟན་དུ་སྒྲེས་པའི་ཕྱིར་སྒྲོ་བྱེད་དག་གིས་རྣམ་ལྟན་དུ་སྒྲེད་པ་མ་ཡིན་པར་  
འགྲུར་ལ། དེ་ལྟར་ན་སྒྲོ་བྱེད་མ་ཡིན་པར་འགྲུར་ཏེ། ལྷན་པར་ཕྱར་ཟད་གྲར་མ་  
བྱས་པའི་ཕྱིར་ཞེན། ཉེས་པ་འདི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་ནས་ཀྱི་ས་བོན་དུང་  
པོ་ནི་རང་གི་རྒྱ་ལས་མུ་གུ་སྒྲེད་རུང་གི་རང་བཞིན་དུ་མ་སྒྲེས་ན་དེའི་ཆེ་ཆུ་ལུང་ལ་  
སོགས་པའི་རྒྱུན་དང་ཕྱར་གྲར་མུ་གུ་སྒྲེད་པའི་རྣམ་ལྟན་དུ་མི་འགྲུར་ཏེ་སོལ་བ་  
བཞིན། དེའི་ཕྱིར་ས་བོན་ནི་གདོད་མ་ནས་མུ་གུ་སྒྲེད་རུང་དུ་གནས་གྲར་ཆུ་ལུང་ལ་  
སོགས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་མུ་གུ་བསྒྲེད་པ་ལ་རྣམ་པ་མཐུ་དང་ལྟན་པར་བྱེད་པ་བཞིན་དུ།  
ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་གཤམ་པ་རང་ཉིད་གདོད་མ་ནས་འབྲས་བུ་བསྒྲེད་པའི་རྣམ་  
ལྟན་དུ་ཡོད་གྲར། སྒྲོ་བྱེད་དག་གིས་འབྲས་བུ་དེ་ཉིད་བསྒྲེད་པ་ལ་རྣམ་པ་ལུ་ལ་དུ་  
བྱུང་བ་དང་ལྟན་པར་བསྒྲེད་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་ལྟར་ན་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་དང་། དྲོ་  
པ་ལ་སོགས་པའི་དགོ་བ་དག་གིས་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་གཤམ་པ་གདོད་མ་ནས་  
འདོད་པའི་མི་འདོད་པའི་འབྲས་བུ་འབྱེན་རུང་དུ་གནས་པ་དེ་ཉིད་སྒྲུབ་ཡང་འབྲས་  
བུ་དེ་དག་བསྒྲེད་པ་ལ་མཐུ་ལུ་ལ་དུ་བྱུང་བ་དང་ལྟན་པར་བསྒྲེད་པའི་ཕྱིར་དེ་དག་  
གིས་ཀུན་གཞི་ལ་དགོ་བའང་མི་དགོ་བའི་བག་ཆགས་སྒྲོས་སོ་ཞེས་བྱ་སྟོད་  
འདོགས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཙམ་ལ་བསམས་ནས་བག་ཆགས་ཆོས་ཉིད་ཀྱིས་  
གནས་པ་སྒྲོ་བྱེད་དག་གི་བསྒྲོ་བར་ཟད་དོ་ཞེས་སྒྲུ་ན་ཉེས་པ་མེད་ལ་མཐུ་ལུ་ལ་དུ་

བྱུང་བ་དང་ལྷན་པ་སྒྲུབ་མེད་གསལ་དུ་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ལ་བསམས་ནས་གསལ་  
 དུ་སྒྲོ་བར་བྱེད་ཞེས་སྒྲུན་ཡང་ཉེས་པ་ཆེར་མེད་མེད་འོན་ཀྱང་སྒྲུབ་གྱི་སྒྲོ་བ་དཔོན་དེ་  
 དག་གི་བསམ་པ་ནི་བག་ཆགས་ཞེས་པའི་ཚེས་གཞན་ཞིག་གཏོང་ས་ནས་གནས་  
 བཤམ། གསལ་དུ་སྐྱེ་བར་དབྱེད་པར་མཛོན་པས་དེ་ནི་རྣམ་པ་བསམས་ཅད་དུ་འབྲང་  
 བར་མ་མཐོང་ངོ། །ཚུལ་རི་ལྟར་བསྒྲོ་བའི་རྣམ་པར་བཞག་པ་བཤད་ཟེར་དོ། །

ད་ནི་བསྒྲོས་པའི་རང་བཞིན་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་དབྱེད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ལ་  
 རི་སྐད་བཤད་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་གྱི་བསྒྲོ་བར་བྱ་བའི་གཞི་དང་། སྒྲོ་བྱེད་དག་  
 རྒྱད་གཅིག་ལ་ལྷན་ཅིག་འབྱུང་བ་དང་འགག་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲོ་བར་བྱེད་པ་དང་  
 རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་འབྲས་བུ་འབྱུང་དུ་རུང་བའི་རྣམ་པ་སྒྲོ་བར་བྱ་བའི་གཞི་ལས།  
 དེ་ཉིད་དང་གཞན་གང་དུ་ཡང་བརྗོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་དེ་ནི་བག་ཆགས་ཞེས་  
 ཀྱང་བྱ། ས་བོན་ཞེས་ཀྱང་བྱ། རུས་པ་ཞེས་ཀྱང་བྱའོ། །དེ་སྐད་དུ་ཡང་། ཐེག་  
 བསྐྱུས་ལས། བག་ཆགས་ཞེས་བྱ་འདི་ཅི་ཞིག །བག་ཆགས་ཞེས་བརྗོད་པ་འདིའི་  
 བརྗོད་པར་བྱ་བ་ནི་ཅི་ཞེ་ན། ཚེས་དེ་དང་ལྷན་ཅིག་འབྱུང་བ་དང་། འགག་པ་ལ་  
 བརྟེན་ནས། དེ་འབྱུང་བའི་རྒྱ་མཚན་ཉིད་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་བརྗོད་པར་བྱ་བ་སྟེ།  
 དཔེར་ན་དེ་ལ་དག་ལ་མེ་ཏོག་གིས་བསྒྲོས་པ་དེ་ལ་དང་མེ་ཏོག་ལྷན་ཅིག་འབྱུང་ཞིང་  
 འགགས་ཀྱང་དེ་ལ་རྣམས་དེའི་དྲི་གཞན་འབྱུང་བའི་རྒྱ་མཚན་ཉིད་དུ་འབྱུང་བ་དང་།  
 འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་ལ་སྒྲོད་པ་རྣམས་ཀྱི་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་བག་  
 ཆགས་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་དང་། ལྷན་ཅིག་དུ་འབྱུང་ཞིང་འགགས་ཀྱང་

སེམས་ནི་དེའི་རྒྱ་མཚན་ཉིད་དུ་འབྱུང་བ་དང་། མང་དུ་བློས་པ་རྣམས་ཀྱི་མང་དུ་  
བློས་པའི་བག་ཆགས་ཀྱང་བློས་པ་དེ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་ལྷན་གཅིག་འབྱུང་ཞིང་  
འགགས་ཀྱང་སེམས་ནི་དེ་བརྗོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཉིད་དུ་འབྱུང་སྟེ། བག་ཆགས་དེས་  
ཡོངས་སུ་ཟུ་ཟིན་པས་ཆོས་འཛིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟར་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་  
ཡང་ཚུལ་དེ་བཞིན་དུ་ལྟ་བར་བྱའོ། ། ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ལོ། །

དེ་ལ་བརྗོད་པར་བྱ་བ་སྟེ་ཞེས་པ་ཡན་ཆད་ནི་དོན་ལོ། །དཔེར་ན་ཞེས་པ་  
ལ་སོགས་པས་ནི་དཔེ་རྣམ་པ་གཉིས་པོ་འཛིག་རྟེན་ན་གྲགས་པ་དང་། བསྟན་  
བཅོས་ལ་གྲགས་པ་དག་སྟོན་པར་བྱེད་དོ། །དེ་ལ་མེ་ཏྲིག་དང་ཏིལ་གྱི་དཔེས་ནི་  
འཛིག་རྟེན་ན་གྲགས་པའོ། །འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པས་ནི་བསྟན་བཅོས་ལ་  
གྲགས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་དང་པོ་ནི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་ཕྱོགས་དང་རྗེས་སུ་  
མཐུན་པའོ། །མང་དུ་བློས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་རྣམ་པར་བྱུང་བ་  
དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་དཔེ་ཡིན་ལོ། །བག་ཆགས་དེས་ཡོངས་སུ་ཟུ་ཟིན་པས་ཞེས་པ་  
ལ་སོགས་པས་ནི་དཔེ་དོན་ཆོས་མཐུན་པ་སྦྱར་ཏེ་མཐུག་བསྟུན་པའོ། །བག་ཆགས་  
དང་ཀུན་གཞི་དེ་ཉིད་གཅིག་དང་ཐ་དད་པ་དབྱེད་པ་ཡང་དེ་ཉིད་ལས་གསུངས་པ་  
ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་ཆོས་ཀྱི་ས་བོན་དེ་དག་  
ཅི་སོ་སོ་བྱ་དད་དམ། འོན་ཏེ་བྱ་དད་པ་མ་ཡིན་པར་གནས་ཞེ་ན། དེ་ལ་གནས་པ་  
དེ་དག་དང་རྗེས་སུ་བྱ་དད་པ་ཡང་མ་ཡིན། །བྱ་མི་དད་པ་ཡང་མ་ཡིན་མོད་ཀྱི།  
གང་དེ་འབྱུང་བའི་མཐུའི་ཁུད་པར་ཅན་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་དེ་བཞིན་དུ་



འབྱུང་བ་ལས་བོན་ཐམས་ཅད་པ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལ་དོན་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། ཀུན་ནས་  
 ཉོན་མོངས་པའི་ཚེས་རྣམས་ཀྱི་ས་བོན་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་  
 པ་ལས་རྫས་གཞན་དུ་ཡོད་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་གཟུགས་ཅན་ཡིན་པར་སྤི་  
 རིགས་པས་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་རང་བཞིན་ཡིན་པར་འགྱུར་ལ། དེ་  
 ལྟ་ན་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་རྒྱད་དུ་མར་བལ་བར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་རོ། །  
 ཅི་སྟེ་སེམས་ལས་བྱུང་བ་དུ་མ་ཅིག་ཅར་འབྱུང་ཡང་རྒྱད་དུ་མར་སྤི་འགྱུར་བ་ལྟར་རོ་  
 ཞེན། མ་ཡིན་ཏེ། སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་གོ་རིམ་གཅིག་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་  
 བའི་སྤྱིར་རོ། ཅི་སྟེ་རྒྱད་གཅིག་ལ་འཇུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དུ་མ་ཅིག་ཅར་  
 འབྱུང་ཡང་རྒྱད་དུ་མར་སྤི་འགྱུར་བ་བཞིན་ནོ་ཞེན། མ་ཡིན་ཏེ། འཇུག་པའི་རྣམ་  
 པར་ཤེས་པ་རྣམས་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་གཅིག་ལ་རག་ལས་ཏེ། །འཇུག་ལ་བག་  
 ཆགས་རྣམས་ནི་ཀུན་གཞི་ལས་རྫས་ཐ་དད་ཡིན་ན་དེ་ལ་མ་རག་པར་རང་དབང་དུ་  
 འབྱུང་བའི་སྤྱིར་རྒྱད་དུ་མ་ཉིད་དུ་བལ་བ་སོན་འདུག་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་དག་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་རྫས་གཅིག་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ།  
 ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་བག་ཆགས་ཡོངས་སུ་  
 སློན་པ་མཐར་ཐུག་པའི་ངོ་བོ་ཡིན་པས་སྒྲུར་རྣམ་པར་སློན་པ་གཞན་འབྱེན་པའི་  
 ལུས་པ་མེད་པ་ལྟར། ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་དག་ལ་ཡང་རྣམ་སློན་འབྱེན་པའི་ལུས་པ་  
 མེད་པར་བལ་བར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་དང་ཀུན་གཞི་ལྟར་དུ་བག་ཆགས་རྣམས་ཀྱང་  
 རྩེ་བ་སྒྲུ་མའི་ལས་ཀྱི་འཕེན་པ་ལས་བྱུང་བའི་རྣམ་པར་སློན་པར་འགྱུར་གྱི་ཆེ་

འདིའི་སྒྲིག་བྱེད་ཀྱི་སྐྱོན་ལ་མི་ལྟོས་པར་བྲལ་བར་འགྱུར་བའི་བྱིར་རོ། །གང་ཡང་  
 བོན་གསང་རྣམ་པར་བཤད་པ་ལས། །གལ་ཏེ་གཅིག་ཡིན་ན། ཀུན་གཞི་ལྟར་བག་  
 ཆགས་དག་ཀྱང་མ་སྒྲིབས་ལ་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པའི་ཞེས་ཁོ་ནར་འགྱུར་ལ། དེ་ལྟ་  
 ན་མ་སྒྲིབས་ལུང་མ་བསྟན་གྱི་ས་བོན་ལས་དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བ་ལ་སོགས་པའི་  
 ཆོས་འབྱུང་བ་མི་རིགས་པས་དེའི་བྱིར་གཅིག་ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་འཆད་པ་ནི་  
 རིགས་པར་མ་མཐོང་སྟེ། བག་ཆགས་མ་སྒྲིབས་ལུང་མ་བསྟན་ལས་དགེ་མི་དགེའི་  
 ཆོས་སྣ་ཆོགས་འབྱུང་བ་མི་འགལ་བར་གཞུང་ཉིད་ལས་ཆོག་གཏེ་རྩི་ཡིས་དཔེས་  
 བསྟན་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་ན་རྫས་གཅིག་དང་བྲ་དད་པའི་བྱོགས་གཉིས་ཀ་ལ་  
 ཡང་རིགས་པས་གཞོད་པའི་བྱིར་མི་འབྲད་ལ། མཚན་ཉིད་ནི་བྲ་དད་པར་རིགས་  
 པས་བརྟག་པར་རྣམ་པའི་བྱིར་བྲ་དད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །ཀུན་གཞི་ལ་ཡོད་པའི་  
 བག་ཆགས་རྣམས་ཤེས་པའི་སྤྱལ་ལྟར་སོ་སོ་བྲ་དད་པ་ཁོ་ནར་གནས་སམ། ཚུད་པ་འོ་  
 མ་འདྲེས་པ་ལྟར་རོ་གཅིག་ཏུ་གནས། དེ་ལས་ཅིར་འགྱུར། བྱོགས་དང་པོ་ལྟར་ན་  
 ཀུན་གཞི་དང་བག་ཆགས་བྲ་དད་པའི་བྱོགས་ལ་བརྫོད་པའི་ཉིས་པ་སོ་ན་འདུག་པ་  
 ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ལྟར་ན་ཡང་དེ་དག་གི་འབྲས་བུ་མི་འདྲ་བ་སྣ་ཆོགས་པ་སོ་སོར་  
 འབྱེན་པ་མི་འབྲད་དོ་ཞེ་ན། འདི་ལ་སྒྲིབ་པར་བྱ་སྟེ། ཅི་རྫས་ལ་བསམས་ཏེ་སྟོལ་  
 ལས། འོན་ཏེ་མཚན་ཉིད་ལ་བསམས་ཏེ་དེ་སྒྲིབ་ཅིས་སྟོལ། བྱོགས་དང་པོ་ལྟར་ན་  
 བག་ཆགས་སྣ་ཆོགས་པ་དེ་དག་རྫས་སོ་སོར་གནས་པ་ཡང་མ་ཡིན། གཅིག་ཏུ་

འདྲེས་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་རྩལ་སྤྲུལ་གྱིས་བཤད་པའི་བྱིར་རོ། །ཕྱོགས་གཉིས་པ་  
ལྟར་ན་འདི་དག་མཚན་ཉིད་གཅིག་ཏུ་རྒྱུ་པར་བཞག་ཅུས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་  
དག་སྒྲོ་བར་བྱེད་པའི་རྒྱ་ཡང་གཅིག་གིས་བཞག་པ་དང་རྒྱུ་པར་སྒྲིན་པ་ལ་སོགས་  
པའི་འབྲས་བུ་ཡང་གཅིག་ཁོ་ན་འབྱེན་པར་བཤམ་པའི་བྱིར་དང་། འདོད་ཆགས་ལ་  
སོགས་པའི་མི་དགེ་བ་དང་། དད་པ་ལ་སོགས་པ་དགེ་བ་དག་གིས་བཞག་པའི་  
བག་ཆགས་གཅིག་ཡིན་ན། དེ་དག་གི་རྒྱུ་པར་སྒྲིན་པ་ཡང་གཅིག་འབྱེན་པའི་  
བྱིར་དགེ་སྤྲིག་ལ་སྒྲུང་དོར་རྩོམ་པ་དོན་མེད་པར་བཤམ་པར་འགྱུར་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་  
བས་ན་དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བས་བཞག་པའི་བག་ཆགས་རྒྱུ་པར་མཚན་ཉིད་སོ་  
སོར་བ་དད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། སྒྲོ་བར་བྱེད་པའི་རྒྱ་བ་དད་པས་བཞག་པ་ཡིན་པའི་  
བྱིར་དང་། རྒྱུ་པར་སྒྲིན་པའི་འབྲས་བུ་འདོད་པ་དང་མི་འདོད་པ་སོ་སོར་འབྱེན་  
པའི་བྱིར་རོ། །དེ་བས་ན་འབྲས་བུ་དགེ་མི་དགེ་འདོད་མི་འདོད་ལ་སོགས་པ་སྒྲ་  
ཚོགས་པ་དམིགས་པའི་བྱིར་ན། འདི་དག་བསྐྱེད་པའི་ས་བོན་མཚན་ཉིད་མི་འདྲ་  
བ་དུ་མ་ཀུན་གཞི་ལ་ཡོད་པར་རྩལ་སྤྲུལ་དཔོག་པ་ཡིན་ལོ། །འབྲས་བུ་སྒྲ་ཚོགས་པ་  
འདི་རྒྱུ་པར་སྒྲིན་པའི་འབྲས་བུ་མི་འབྲད་པའི་བྱིར་དང་། འདི་དག་གང་ལས་  
འབྱུང་པའི་ཅུས་པ་དེ་ཉིད་ལ་བག་ཆགས་ཞེས་བྱ་སྤྲད་བྱེད་པའི་བྱིར་རོ། །

ཇི་སྐད་དུ། རྒྱུ་པར་འགྲེལ་ལས། འབྲས་བུ་སྒྲ་ཚོགས་མཐོང་པའི་བྱིར། །  
ལས་རྒྱུ་པར་སྒྲིན་པ་བ་དད་དུ་རྩལ་དཔག་གོ། །ཅེས་གང་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །འོ་ན་  
འཇོག་བྱེད་དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བས་བཞག་པའི་བག་ཆགས་ཀྱང་དགེ་བའམ་མི་



དགེ་བའི་རང་བཞིན་དུ་གནས་པ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། འདི་ལ་བོད་ཀྱི་སྟོབ་དཔོན་ཁ་  
 ཅིག་དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བའི་བག་ཆགས་ནི། གོ་རིམ་བཞིན་དུ་འདོད་པ་དང་མི་  
 འདོད་པའི་རྣམ་སྒྲིན་འབྱེན་བྱེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། རྗེས་སུ་འབྲེལ་པའི་དགེ་བ་  
 དང་། མི་དགེ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བ་ཡིན་ཅོ་ཞེས་སྒྲུབ་རྒྱེད་དོ། །  
 དེ་ནི་འབྲེད་པ་མ་ཡིན་ཅོ། །ལུང་དང་རིགས་པས་གཞོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་ལ་རེ་ཞིག་རིགས་པ་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། དགེ་བས་གཞག་པའི་བག་ཆགས་  
 གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དགེ་བ་མ་ཡིན་ཅོ། །མི་དགེ་བའི་གཉེན་པོ་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར།  
 དཔེར་ན་ཉེན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་བཞིན་ཅོ། །མི་དགེ་བས་གཞག་པའི་བག་  
 ཆགས་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་མི་དགེ་བ་མ་ཡིན་ཅོ། དགེ་བ་སྟེ་བའི་གྲོགས་མི་བྱེད་  
 པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་རྣམ་ཤེས་བཞིན་ཅོ། །གཏན་ཆེགས་འདི་  
 དག་མ་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་ཅོ། །འདི་ལྟར། གང་ཞིག་གང་དང་རྒྱན་གཅིག་ལ་ལྷན་ཅིག་  
 ཏུ་འཇུག་པ་དེ་ནི་དེ་དང་འགལ་བའམ། དེའི་གཉེན་པོ་ཡིན་ཅོ་ཞེས་བརྗོད་པར་  
 ལུས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་རྣམ་ཤེས་དང་། ཉེན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་  
 བཞིན་ཅོ། །དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བའི་བག་ཆགས་དག་ཀྱང་དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བའི་  
 ཆོས་དག་དང་། རྒྱད་གཅིག་ལ་ལྷན་ཅིག་ཏུ་འཇུག་པ་ཡིན་ཅོ་ཞེས་པ་ནི་འགལ་བའི་  
 ཁྱབ་བྱ་དམིགས་པའོ། །མ་ངེས་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཅོ། །འདི་ལྟར་གང་ཞིག་དགེ་བའི་  
 ཆོས་ཀྱི་མི་མཐུན་སྟོགས་སུ་གྱུར་པ་མ་ཡིན་པ་དེ་ནི་མི་དགེ་བའི་ཆོས་ཞེས་མཐའ་  
 གཅིག་ཏུ་རྣམ་པར་འཇོག་པར་རིགས་པ་མ་ཡིན་ལ། གང་ཡང་མི་དགེ་བའི་ཆོས་ཀྱི་

མི་མཐུན་ཕྱོགས་སུ་གྱུར་བ་མ་ཡིན་པ་དེ་ཡང་དགེ་བ་ཞེས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་རྒྱུ་པར་  
 འཛོག་པར་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པའི་ཚེས་རྒྱུ་མས་  
 བཞིན་ནོ། །མི་དགེ་བ་དང་དགེ་བས་བཞག་པའི་བག་ཆགས་དག་གྱུར་གོ་རིམ་  
 བཞིན་དུ་དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བའི་ཚེས་ཀྱི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་སུ་གྱུར་བ་མ་ཡིན་ནོ། །  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱུང་པར་བྱེད་པ་མ་དམིགས་པའོ། །དེ་བས་ན་དགེ་མི་དགེ་སྦྲེལ་གས་  
 ཀྱིས་བསྒྲུས་པའི་བག་ཆགས་སྦྲེལ་གས་པ་དེ་དག་མ་སྦྲེལ་ས་ལ་ལུང་མ་བསྟན་གྱི་རོ་  
 བོར་མཐའ་གཅིག་ཏུ་གནས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་འབྲུང་བ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟ་ན་དེ་དག་ལས་དགེ་མི་དགེ་ལ་སོགས་པའི་འབྲས་བུ་སྦྲེལ་གས་ཇི་  
 ལྟར་འབྱུང་ཅེ་ན། འདི་ན་སྒྲོབ་དཔོན་ཉིད་ཀྱིས་དཔེའི་སྒྲོ་ནས་གསལ་བོར་བསྟན་  
 པ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་ཐེག་བསྟུས་ལས། བག་ཆགས་བྱ་དད་མ་ཡིན་ཞིང་སྦྲེལ་གས་  
 མ་ཡིན་པ་ཚེས་བྱ་དད་པ་སྦྲེལ་གས་པ་དག་གི་རྒྱར་ཇི་ལྟར་རུང་ཞེ་ན། དཔེར་ན་  
 ཚེག་གུའི་ཕྱི་སྦྲེལ་གས་ཀྱིས་བསྒྱུར་བའི་རས་སྦྲེལ་གས་སུ་མི་སྦྱང་བ་གང་གི་ཆེ་ཆོན་  
 གྱི་སྦྱོང་དུ་བཅུག་པ་དེའི་ཆོ། རས་ལ་ཆོན་རྒྱུ་མས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བྱ་དད་པ་རྒྱུ་པ་སྦྲེལ་  
 ཚེག་ས་དུ་མ་སྦྱོན་པ་དེ་བཞིན་དུ། ཀུན་གཞིའི་རྒྱུ་པར་ཤེས་པ་བག་ཆགས་ཀྱི་དུས་  
 སྦྲེལ་གས་མ་ཡིན་ཡང་། འབྲས་བུ་མཛོན་པར་འབྱུང་བའི་ཆོན་གྱིས་སྦྱོང་དུ་མཐོང་  
 པར་ཕྱོགས་པ་ན། ཚེས་སྦྲེལ་གས་ཆད་མེད་པ་དག་སྦྱོན་ཏེ། འདི་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་  
 ལ་ཕྱ་བ་མཚོག་ཏུ་ཟབ་པའི་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བའོ། །ཞེས་གང་ག་སུངས་  
 པ་ཡིན་ནོ། །འདིས་ནི་ཕྱོགས་སུ་མ་ལ་གཞོད་པར་བྱེད་པའི་ལུང་ཡང་དུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

ཅིའི་ཕྱིར་དཔེ་ཙམ་ཞིག་བསྟན་གྱི་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་རིགས་པ་མ་བསྟན་ཅེ་ན།  
 བག་ཆགས་སྣ་ཚོགས་མ་ཡིན་པ་ཡང་རིགས་པས་སྐྱབས་ཟེན་པའི་ཕྱིར་དང་། །  
 ཚོས་ཐ་དད་པ་སྣ་ཚོགས་པ་རྣམས་ཀྱང་དེ་ལས་བྱུང་ངོ་ཞེས་བརྗོད་པ་ན་རྒྱ་ཐ་དད་པ་  
 མ་ཡིན་པ་ལས་འབྲས་བུ་སྣ་ཚོགས་འབྱུང་བ་འགལ་ལོ་སྣམ་དུ་དོགས་པ་ལ། དཔེ་  
 མཐོང་བ་ན་དོགས་པ་དེ་ལྷོག་པར་འགྱུར་བས་དེའི་ཕྱིར་དཔེ་ཉིད་སྐྱབ་བྱེད་ཡིན་ནོ། །  
 རི་སྐད་བཤད་པའི་ས་བོན་དེ་ཡང་རྣམ་པ་དུ་ཞིག་ཡོད་ཅེ་ན། གསུངས་པ། ཕྱི་དང་  
 རང་དང་མི་གསལ་བ། །གཉིད་དང་ཀུན་རྫོབ་ཉིད་དང་ནི། །དམ་པའི་དོན་དེ་དེ་  
 དག་ཀུན། །ས་བོན་རྣམ་པ་དུག་ཏུ་འདོད། །ཅེས་ཏེ། ས་བོན་དེ་ནི་ཕྱིའི་ས་བོན་དང་  
 རང་གི་ས་བོན་གཉིས་སུ་དབྱེ་འོ། །

དེ་ལ་ཕྱིའི་ས་བོན་ནི་ཡུད་པ་ལའི་རྩ་བ་དང་ནས་ཀྱི་ས་བོན་ལ་སོགས་  
 པའོ། །རང་གི་ས་བོན་ནི་ཀུན་གཞི་ལ་ཡོད་པའི་བག་ཆགས་སོ། །དེ་དག་ཉིད་མི་  
 གསལ་བ་གཉིས་དང་། ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པ་གཉིས་ཏེ་བཞིར་བྱེ་བས་རྣམ་པ་  
 དུག་ཏུ་འགྱུར་རོ། །དེ་ལ་མི་གསལ་བ་གཉིས་ནི། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་དང་རྣམ་  
 བྱེད་དུ་མི་གསལ་བའོ། །དག་བ་དང་མི་དག་བར་མི་གསལ་བའོ། །ཀུན་རྫོབ་ནི་  
 ཕྱིའི་ས་བོན་ཏེ། དེ་དག་ནི་ཐ་སྙད་ཙམ་དུ་སྐྱབ་ཀྱི་ལ་སོགས་པའི་ས་བོན་དུ་གྲགས་པ་  
 ཡིན་གྱི་ཡང་དག་པར་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཀུན་གཞིའི་བག་ཆགས་ཁོ་ན་ལས་སྐྱབ་ཀྱི་ལ་  
 སོགས་པ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དོན་དམ་པ་ནི་རང་གི་ས་བོན་ཡིན་ཏེ། དེ་ཉིད་ཚོས་  
 རྣམས་ཀུན་གྱི་རྒྱུའི་རྒྱུན་དུ་རིགས་པས་འགྱུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་དེ་དག་ནི་གོ་



རིམ་བཞིན་དུ་བ་སྒྲུབ་པའི་ཤེས་པའི་ཡུལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། བརྟག་བཟོད་པའི་  
 ཕྱིར་ཞེས་འཆད་དོ། །ཕྱི་དང་ནང་གི་ས་བོན་དེ་དག་གི་ཁྱད་པར་གཞན་དབྱེད་པ་ནི།  
 སྒྲུབ་ཅིག་མ་དང་ལྷན་ཅིག་འབྱུང་། །དེ་ནི་རྒྱུ་ཆགས་འབྱུང་བར་འདོད། །རིམ་དང་  
 རྒྱུན་ལ་ལྷོས་པ་དང་། །རང་གི་འབྲས་བུ་བསྐྱབས་པའོ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། དེ་ལ་  
 ཕྱི་དང་ནང་གི་ས་བོན་དེ་དག་ནི་སྒྲུབ་ཅིག་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱུན་ལ་ལྷོས་ནས་འབྲས་བུ་  
 རིམ་བཞིན་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་དུ་ན་འབྲས་བུ་འབྱུན་པ་རྒྱུན་ལ་མི་ལྷོས་  
 བར་འབྱུང་ཏེ། ཏྲག་པ་ལ་རྒྱུན་གྱིས་ཁྱད་པར་སྐྱེད་དུ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་འབྲས་  
 བུ་རྣམས་ཅིག་ཅར་བསྐྱེད་པའི་ཡང་ན་རིམ་གྱིས་ཀྱང་མི་བསྐྱེད་པར་འབྱུང་རོ། །

དེ་ཡང་རང་གི་འབྲས་བུ་དང་ལྷན་ཅིག་ཁོ་ནར་འབྱུང་གི་སྒྲུབ་པའི་ཕྱིར་བར་  
 ནི་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར། འབྲས་བུ་ད་ལྟར་བ་ཡིན་ན་རྒྱུ་འདས་པ་ནི་འགགས་ནས་  
 མེད་པའི་ཕྱིར་ནམ་མཁའི་མེ་ཏོག་ལྟར་རྒྱུར་རུང་བ་མ་ཡིན་ལ། རྒྱུ་ད་ལྟར་བ་ཡིན་  
 ན་འབྲས་བུ་མ་འོངས་པ་ནི་དངོས་པོར་མེད་པའི་ཕྱིར་དེ་ལ་རྒྱུའི་བྱ་བ་མེད་པས་  
 འབྲས་བུ་ཡིན་པར་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ལ་འགྲེལ་བྱེད་ཁ་ཅིག་དུས་མི་  
 མཉམ་པ་ཁོ་ན་རྒྱུ་འབྲས་སུ་འབྱུང་གི་དུས་མཉམ་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །དོན་  
 གསང་རྣམ་པར་བཤད་པ་ལས་ཀུན་རྫོབ་དུ་རྒྱུ་འབྲས་དུས་མཉམ་པ་ཡང་ཡོད་དེ། །  
 མར་མེ་དང་འོད་ལྷ་བུའོ། །མི་མཉམ་པ་ཡང་ཡོད་དེ། ས་བོན་དང་མུ་གུ་ལྷ་བུའོ། །  
 ཞེས་འཆད་ཀྱང་། སྒྲོབ་དཔོན་གྱི་དགོངས་པ་ནི་དུས་མཉམ་ཉིད་ཡིན་པར་མངོན་ཏེ།  
 རི་སྒྲུབ་དུ། ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་ཚོས་དེ་དག་

དུས་མཉམ་དུ་གཅིག་གི་རྒྱ་ཉིད་དུ་གཅིག་འགྱུར་བར་ཇི་ལྟར་ལྟ་ཞེས། དཔེར་ན་  
མར་མེའི་མེ་ལྷེ་འབྱུང་བ་དང་སྒྲིང་པོ་ཆེག་པ་པན་ཚུན་དུས་མཉམ་པ་དང་། མདུང་  
ཁྱིམ་ཡང་དུས་མཉམ་དུ་གཅིག་ལ་གཅིག་བརྟེན་ནས་མི་འགྲེལ་བ་དེ་བཞིན་དུ།  
འདིར་ཡང་གཅིག་གི་རྒྱ་ཉིད་དུ་འགྱུར་བར་ལྟོ། །ཞེས་དང་། ལྟན་ཅིག་འབྱུང་  
ཅེས་དང་། སྒྲིང་ཅིག་ལྟན་ཅིག་ཉིད་ལྟེར། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པའི་  
ལྟེར་རོ། །

རྒྱ་འབྲས་དུས་མི་མཉམ་པ་བཞེད་ན་ནི་བསྒྲོ་བྱ་སྒྲོ་བྱེད་ཡང་དུས་མཉམ་  
པ་ཁོ་ནར་བསྒྲུབ་པ་མི་རིགས་པའི་ལྟེར་རོ། །ལྟན་ཅིག་འབྱུང་བ་དེ་ཡང་སྒྲིང་ཅིག་  
མ་གཅིག་གམ་གཉིས་ལ་སོགས་པར་འབྱུང་བ་ནི་མ་ཡིན་གྱི་སྒྲིང་བྱའི་འབྲས་བུ་ཇི་  
སྒྲིང་གནས་གྱི་བར་དུ་རྒྱན་ཆགས་སུ་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །འདི་ཅིས་མངོན་ཞེ་ན།  
འབྲས་ས་ལུ་ལ་སོགས་པའི་ལྷ་གུ་དང་སྒྲོང་བུ་དང་སྒྲུ་གུ་ལ་སོགས་པ་འཆོས་པའི་  
གནས་སྐབས་ན་ཡང་ཅི་སྟེ་རང་གི་ས་བོན་གྱི་རྒྱན་མེད་ན་དེའི་ཆེ་འདི་ནི་དེ་ཁོ་ནའི་  
གནས་སྐབས་ལ་གནས་པར་འགྱུར་གྱི་རང་གི་བྱེད་པར་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་  
བར་མི་འགྱུར་ཏེ་རང་གི་ས་བོན་གྱི་རྒྱན་མེད་པའི་ལྟེར། དཔེར་ན། སྒྲུང་ནང་གི་  
འབྲས་བཞིན་ནོ། །གལ་ཏེ་རང་གི་རིགས་འདྲ་སྒྲུ་མའི་རྒྱུན་ལས་འཕེལ་བར་འགྱུར་  
པའི་ལྟེར་སྒྲོན་མེད་དོ་ཞེ་ན། དེ་ནི་སྒྲུ་ལྟེར་སྒྲུ་འབྲས་སུ་མི་རུང་ངོ་ཞེས་བཤད་ཅིན་ཏེ།  
དེ་ལྟར་སྒྲུ་གུའི་གནས་སྐབས་ན་ས་བོན་མ་མཐོང་པའི་ལྟེར་ཇི་ལྟར་རུང་ཞེ་ན། ས་  
བོན་གྱི་རྒྱན་གྱིས་ནུས་པའི་ངོ་བོ་ཡིན་པས། སྒྲུ་གུ་ལས་དེ་ཉིད་དང་གཞན་དུ་བརྗོད་

དུ་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་ས་བོན་ནི་མངོན་སུམ་གྱི་ཡུལ་མ་ཡིན་གྱི། འོན་ཀྱང་  
སྒར་བཤད་པའི་རིགས་པ་ལས་དཔག་ས་ནས་སྐྱ་གྲུ་ལ་སོགས་པའི་ཆེ་ཡང་ས་བོན་  
གྱི་རྒྱན་ཡོད་པར་རྣམ་པར་འཛོག་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་ཕྱིའི་ས་བོན་རྣམས་ནི་འགལ་  
རྒྱུན་དང་མ་ཕྱད་ན་རི་སྤྱིད་རང་གི་འབྲས་བུ་ཡོད་ས་སུ་སྤྲོན་པ་མཐར་ཐུག་གི་བར་དུ་  
རྒྱན་འཇུག་ལ་གར་གི་ཆེ་འབྲས་བུ་སྤྲོན་པ་མཐར་ཐུག་པ་དེའི་ཆེ་ས་བོན་གྱི་རྒྱན་  
ཡང་ལྷོག་པ་ཡིན་ནོ། །ཅི་སྟེ་འགལ་རྒྱུན་དང་འཕྱད་ན་ནི་རྣམ་ཕྱད་པ་དེའི་ཆེ་ས་  
བོན་གྱི་རྒྱན་ལྷོག་ལ་གར་གི་ཆེ་ས་བོན་གྱི་རྒྱན་ལྷོག་པ་དེའི་ཆེ་འབྲས་བུ་ཡང་གནས་  
སྐབས་དེ་ཉིད་ལ་གནས་པའམ་འགྲིབ་པར་འགྱུར་གྱི་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བ་  
དང་ཡངས་པ་ལ་སོགས་པར་འགྱུར་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ནང་གི་ས་བོན་རྣམས་ལ་  
སྤྱིད་པ་ཡན་ལག་གི་བག་ཆགས་དག་ནི་རི་སྤྱིད་རང་གི་རྣམ་པར་སྤྲོན་པའི་འབྲས་  
བུ་མཐར་ཐུག་པར་མ་གྱུར་གྱི་བར་དུ་འཇུག་གོ། །བདག་ཏུ་ལྟ་བའི་བག་ཆགས་ནི་  
གཉེན་པོ་མ་སྤྲོས་གྱི་བར་དུ་འཇུག་གོ། །

དེ་ལ་ཡང་མཐོང་སྒྲུང་གིས་བསྟན་པའི་རྣམ་པ་ནི་མཐོང་ལམ་སྤྲོས་པ་ན་  
ལྷོག་ལ། སྒོམ་སྒྲུང་རྣམས་ནི་དོ་རྩེ་ལྟ་བུའི་ཉིང་འཛིན་ནམ། ས་བརྒྱད་པའི་ཡེ་ཤེས་  
སྤྲོས་པ་ན་ལྷོག་གོ། །མངོན་པར་བརྗོད་པའི་བག་ཆགས་རྣམས་ནི་ཉན་ཐོས་དང་  
རང་སངས་རྒྱས་དག་ལ་ཕྱང་པོ་ལྷག་མ་མེད་པའི་དབྱིངས་སུ་ལྷན་ལ། བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་ནི་དོ་རྩེ་ལྟ་བུའི་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་རྩེས་ལ་ལྷོག་གོ། །དེ་ལྟར་  
ན་ཕྱི་དང་ནང་གི་ས་བོན་དག་ནི་རྒྱན་ཆགས་སུ་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །རྒྱན་ཆགས་སུ་



འབྱུང་ཡང་ཐམས་ཅད་ལས་འབྱུང་བ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ས་བོན་འདི་དག་འབྲས་བུ་  
ཁྱད་པར་བ་བསྐྱེད་བྱེད་དུ་རྒྱས་པ་སོ་སོར་ངེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ངེས་ཀྱང་དུས་ཐམས་ཅད་དུ་འབྲས་བུ་འབྱུང་བ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། འབྲས་  
བུ་བསྐྱེད་པ་ལྷན་གཅིག་བྱེད་པའི་རྒྱུ་ལ་ལྟོས་པའི་ཕྱིར་དང་། རྒྱུ་དེ་ཡང་ངེས་  
འགའ་ཉི་བར་མི་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ས་བོན་དེ་ཡང་རྒྱ་མེད་པའམ་མི་མཐུན་  
པའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། རང་གི་ས་བོན་རྣམས་ནི་རིགས་བསྐྱེད་པའི་ཀྱན་  
ནས་ཉོན་མོངས་ཀྱི་ཚོས་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱབས་པའི་ཕྱིར་དང་། ཕྱིའི་ས་བོན་རྣམས་  
ཀྱང་རང་གི་བསྐྱེད་པའི་འབྲས་བུ་ལས་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ་དཔེར་ན་ནས་ཀྱི་ས་བོན་  
ལས་བྱུང་བའི་ནས་དེ་ཉིད་སྤྱར་ཡང་ནས་གཞན་གྱིས་ས་བོན་དུ་འགྱུར་བས་ས་བོན་  
ཐོག་མ་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །

ས་བོན་དེ་དག་གིས་འབྲས་བུ་ལ་བྱ་བ་བྱེད་པའི་ཚུལ་བསྟན་པ་ནི། རི་  
སྐད་དུ། ཕྱི་དང་རང་གི་ས་བོན་དེ། །སྐྱེད་པ་དང་ནི་འཕེན་པར་འདོད། །མ་བཏབ་  
གི་བ་འཕེན་པའི་ཕྱིར། །མདའ་ནི་བར་དུ་མི་ལྟང་བཞིན། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། དེ་ལ་  
ཕྱི་དང་རང་གི་ས་བོན་འདི་དག་ནི། །རང་གི་འབྲས་བུ་འགའ་ཞིག་ལ་ནི་སྐྱེད་པའི་  
བྱ་བ་བྱེད་ལ། འགའ་ཞིག་ལ་ནི་འཕེན་པའི་བྱ་བ་བྱེད་དོ། །སྐྱེད་པ་དང་འཕེན་པ་  
ཞེས་བྱ་བ་འདིའི་དོན་ཅི་ཞེན། རྒྱ་དེའི་རྒྱས་པ་ཉི་བར་ཡོད་ན་སྐྱེ་ལ་མེད་ན་མི་སྐྱེ་བ་དེ་  
ནི་རྒྱ་དེས་སྐྱེད་པ་ཞེས་བྱ་ལ། རྒྱ་དེའི་རྒྱས་པ་ཉི་བར་མི་གནས་ཀྱང་རྒྱ་དེ་སྟོན་དུ་སོང་  
བའི་དབང་གིས་འབྲས་བུ་དེ་རེ་ཞིག་གནས་པ་ནི་དེས་འཕངས་པ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལ་

གང་ཞིག་ལ་བསྐྱེད་པའི་བྱ་བ་བྱེད་ལ། གང་ཞིག་ལ་འཕེན་པའི་བྱ་བ་བྱེད་ཅིན། ཕྱིའི་  
ས་བོན་དག་གིས་ནི། ལྷ་གྲ་སྟོན་པོ་ནས་བཟུང་སྟེ། འབྲས་བུ་སྟོན་པ་མཐར་བུག་པའི་  
བར་ནི་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། ས་བོན་གྱི་རྒྱུན་རྒྱུ་ལྷེས་སུ་འབྲེལ་བ་མེད་ན། །ལྷ་  
གྲ་ལ་སོགས་པ་ནས་འབྲས་བུ་ཡོངས་སུ་སྟོན་པའི་བར་དུ་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་  
བར་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

སྐྱེད་ན་གནས་པ་ལ་སོགས་པ་མ་བཟུང་བའི་ས་བོན་དག་གི་རྒྱུན་རྒྱུ་ལྷེས་སུ་  
འབྲེལ་བ་ནི་འཕེན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། ཅི་སྟེ་དེ་དག་ས་བོན་གྱི་འཕེན་པའི་དབང་  
གིས་གནས་པ་མ་ཡིན་ན་དེ་དག་གནས་པའི་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར་དེ་མ་ཐག་འཛིག་  
པར་འགྱུར་ཏེ། དཔེར་ན་སྟོང་པོ་ཟད་པའི་མར་མེ་ནི་རང་གི་རང་གིས་འཛིག་པ་  
བཞིན། དེ་དག་ནི་རང་གི་རིགས་འདྲ་སྒྲ་མས་སྐྱེད་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་གནས་སོ་ཞེ་ན་  
མ་ཡིན་ཏེ། སྒྲ་ཕྱི་དག་རྒྱ་འབྲས་སུ་མི་རུང་རོ་ཞེས་བཤད་ཟིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་  
བས་ན་དེ་དག་ལ་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་ནི་མེད་དེ་སྒྲར་གྱི་ས་བོན་གྱི་རྒྱུན་ལོག་  
པའི་ཕྱིར་དང་རང་གི་རིགས་འདྲ་སྒྲ་མ་རྣམས་རྒྱུར་མི་རུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །སྒྲར་གྱི་ས་བོན་  
གྱི་རྒྱ་ལས་རང་ཉིད་ཀྱུ་བ་ཟིན་པའི་ཕྱིར་སྐྱེད་བྱེད་གཞན་དགོས་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཅོ། །  
དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་ནི་སྒྲར་གྱི་ས་བོན་གྱི་འཕེན་པའི་དབང་ཁོ་ནས་གནས་པ་ཡིན་ཏེ།  
དཔེར་ན་འདྲོམ་བཀའ་པའི་འཕེན་པའི་དབང་གིས། མདའ་བགྲོད་བྱ་རི་སྟོང་མ་  
སྟོབ་ཀྱི་བར་དུ་ས་ལ་མི་ལྟར་བར་ནམ་མཁའ་ལས་འགྲོ་བ་བཞིན་ཅོ། །དེ་ལ་འདྲོམ་  
བཀའ་བ་ནི་མདའ་ནམ་མཁའ་ལ་འགྲོ་བའི་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཆེ་

འདོམ་བཀང་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། མེད་པ་ཡང་མོ་ཤམ་གྱི་བུ་ལྟར་རྒྱར་མི་རུང་  
བའི་ཕྱིར་རོ། །འདོམ་བཀང་བ་མཛོན་དུ་སོང་བ་མེད་པར་ཡང་མདའ་ནམ་མཁའ་  
ལ་འགྲོ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། མདའ་འཕེན་པ་ལ་འདོམ་འགོངས་པ་དོན་མེད་པར་བྲལ་  
བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བས་ན་མདའ་ནམ་མཁའ་ལ་འགྲོ་བ་ནི་འདོམ་བཀང་བའི་འཕེན་  
པའི་དབང་ཁོ་ནས་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་རྟོགས་པ་ཡིན་ནོ། །

ཅི་སྟེ་སྦྱར་ནང་གི་ས་བོན་དེ་དག་ས་བོན་སྡུ་མའི་འཕེན་པ་ཅམ་གྱི་གནས་  
པ་ཡིན་གྱི། དེའི་ཆེ་དེ་དག་ལས་ས་བོན་སྡུ་མའི་རྒྱན་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བ་མེད་དོ། །  
ཞེས་བྱ་བ་འདི་གང་ལས་ཤེས་ཞེ་ན། ཅི་སྟེ་དེ་དག་ལ་ས་བོན་སྡུ་མའི་རྒྱན་རྗེས་སུ་  
འབྲེལ་བ་ཡོད་ན་དེའི་ཆེ་དེ་དག་ཀྱང་སྡུར་སྡུ་བྱ་དང་སྡོང་བུ་ལ་སོགས་པའི་གནས་  
སྐབས་བཞིན་དུ་རང་གི་རིགས་འདྲ་སྡུ་མ་ལས་ཕྱི་མ་གོང་ནས་གོང་དུ་བྱུང་བར་དུ་  
འགྱུར་བར་རིགས་ཏེ། དེ་ལྟར་འགྱུར་བའི་རྒྱ་ས་བོན་གྱི་རྒྱན་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བར་  
ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ས་བོན་ནི་རང་གི་འབྲས་བུ་ཡོངས་སུ་སྦྲིན་པ་མཐར་ཐུག་གི་  
བར་དུ་འབྲས་བུ་རྣམས་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྦྱར་  
ནང་གི་ས་བོན་དག་ནི་དེ་ལྟར་བྱུང་བར་དུ་འགྲོ་བ་ཡང་མ་མཐོང་ན་དེ་དག་ལ་ས་  
བོན་གྱི་རྒྱན་རྗེས་སུ་འབྲེལ་ལོ་ཞེས་ངི་ལྟར་རྗེས་སུ་དཔག་པར་བྱ། དེའི་ཕྱིར་དེ་  
དག་ལ་ས་བོན་གྱི་རྒྱན་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བ་མེད་པར་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པ་ཡིན་ནོ། །ནང་གི་  
ས་བོན་ཀུན་གཞི་ལ་ཡོད་པའི་སྤྱིད་པ་ཡན་ལག་གི་བག་ཆགས་ཀྱི་དབང་གིས།  
མིང་དང་གཟུགས་ནས་ཀླ་གི་ལ་ཐུག་གི་བར་སྦྱིད་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ལ་གི་བའི་



འོག་ཏུ་རྣམ་པར་བསྟོས་པ་དང་རྣམ་པར་བམ་པ་ལ་སོགས་པ་ནས་རུས་པ་གི་བའི་  
མདོག་ལྟར་གྱུར་གྱི་བར་དུ་རྒྱུན་རྒྱུ་ལྟུང་གི་འཕེན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་  
མཚོ་དང་། དཔེ་ནི་སྤྲུལ་མ་ཁོ་ན་ལྟར་བཤད་པར་བྱའོ། །

གི་བའི་འོག་ཏུ་ཡང་རང་བཞིན་དུ་གནས་པ་ལས་རྣམ་པར་སྟོས་པ་དང་།  
དེ་ལས་རྣམ་པར་བམ་པ་ལ་སོགས་པ་སྤྲུལ་ལས་ཕྱི་མ་མི་འདྲ་བར་འགྱུར་བར་  
དམིགས་ན་ཅི་སྤྲུལ་མའི་ས་བོན་རྒྱུ་ལྟུང་གི་འཕེན་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ།  
ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་དག་ནི་སེམས་ཀྱིས་ཟེན་པའི་སྤང་བའི་འགྱུར་བ་ཁོ་ན་སྟེད་  
བྱེད་ཡིན་གྱི་སེམས་ཀྱིས་མ་ཟེན་པ་དག་ལ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་དེ་ལ་མེད་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །རྣམ་པར་སྟོས་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་སེམས་ཀྱིས་མ་ཟེན་པའི་འགྱུར་བ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར་དེ་དག་ལ་ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་རྒྱུ་ལྟུང་གི་འཕེན་པར་བྱེད་པ་ནི་རིགས་པ་  
མ་ཡིན་ནོ། །འོན་ཀྱང་དེ་དག་ནི་ཕྱི་རོལ་གྱི་རྒྱུ་དང་ཉི་མ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུ་གྱིས་  
དེ་དང་དེར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །གཞུང་འདི་དག་གི་དོན་ལ། དོན་གསང་རྣམ་པར་  
བཤད་པ་ལས། ཕྱིའི་ས་བོན་ནི་ལྷ་གྱུའི་དངོས་སུ་བསྟེན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །སྟོང་  
བྱ་ལ་སོགས་པ་རྒྱུད་པ་སྤང་ན་འདུག་པའི་བར་གྱི་ནི་འཕེན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །  
ནང་གི་ས་བོན་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡང་མིང་དང་གཟུགས་ཀྱི་ནི་མངོན་  
སུམ་དུ་སྟེན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །བརྒྱུད་པའི་ཆ་གྱི་འཕེན་པར་བྱེད་པ་  
ཡིན་ནོ། །

རེ་ཞིག་བསྟེན་པར་བྱེད་པ་ནི་ཡིན་ལ་རག་ན་འཕེན་པར་བྱེད་པ་གོ་ཇི་

ལྷར་ཡིན་ཞེ་ན། མ་བཏབ་ཤི་བ་འཕེན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་སྟེལ་ལོ། །གལ་ཏེ་ས་བོན་མ་  
བཏབ་པ་དང་ཤི་བའི་རོ་རྒྱ་ཁོ་ནས་འཇུག་གི་འཕེན་པར་བྱེད་པའི་དབང་གིས་ནི་མ་  
ཡིན་ཅོ་ཞེ་ན། རང་གིས་རང་གིས་མཐར་འཛིག་བཞིན། །ཞེས་འདོད་པར་བྱེད་དོ། །  
བཤད་སྟུང་དུ་ཡང་གཞན་རྣམས་འདྲ་ཞིང་། མདའ་ནི་བར་དུ་མི་ལྷུང་ཞིང་ཞེས་  
འདོན་པར་བྱེད་དོ། །དེ་དག་གི་བཤད་པ་དེ་ནི་རིགས་པར་མ་མཐོང་སྟེ། ཕྱི་ནང་གི་  
ས་བོན་དེ་དག་གིས་ཕྱིའི་སྟོང་བུ་ལ་སོགས་པ་དང་ནང་གི་སྟེ་མཆེད་དུག་ནས་ཀྱ་  
ཤིའི་ལ་བྱུག་གི་བར་རྣམས་འཕེན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་གྱི་བསྟེན་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ན།  
དེའི་ཆེ་གནས་སྐབས་དེ་དག་ན་ས་བོན་གྱི་རྒྱན་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བར་མི་འགྱུར་ལ།  
དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་ནི་སྟེ་མ་ལས་ཕྱི་མ་ཁྱད་པར་དུ་འགྱུར་བ་མི་རིགས་ཏེ། དཔེར་ན་  
མ་བཏབ་པའི་ས་བོན་དང་ཤི་བའི་རོ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ། །གཞན་ཡང་མ་བཏབ་  
ཤི་བ་འཕེན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་གསུངས་པས་ཀྱང་སྟོང་བུ་ལ་སོགས་པ་དང་ཀྱ་ཤི་ལ་  
བྱུག་གི་བར་ནི་སྟེན་པ་ཡིན་པར་དོན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་བས་ན་འབྲེལ་པ་  
བྱེད་པ་དག་གིས་སྟོབ་དཔོན་གྱི་རྒྱ་འབྲས་དུས་མཉམ་པའི་དགོངས་པ་མ་ལོན་པར།  
གཞུང་འདི་དག་ཀྱང་ལོག་པར་བཤད་པར་རྟོགས་སོ། །

དེ་ལྷར་ཕྱི་དང་ནང་གི་ས་བོན་རྣམས་མཚུངས་པར་བསྟན་ནས། ཕྱི་རོ་ལ་  
རི་ལྷ་བ་བཞིན་དུ་ནང་གི་ས་བོན་རྣམས་དེ་ལྷར་མ་ཡིན་པར་གསུངས་པ། ཕྱི་རོ་ལ་  
ས་བོན་མ་བཏབ་པའམ། །ནང་གི་འདོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཐོས་སོགས་བག་ཆགས་  
མེད་པར་ནི། །དེ་འབྲས་སྟེ་བ་མི་རིགས་ཕྱིར། །བྱས་དང་མ་བྱས་འཛིག་དང་ཕྱད། །

ཉེས་པར་འགྱུར་བྱིར་འགལ་བྱིར་རོ། །ནང་གི་བྱི་རོལ་རྒྱུན་ཡིན་ཏེ། །འདི་ལྟར་དེ་  
ནི་བག་ཆགས་ཏེན། །ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ་དེ་ལ་བྱིའི་ས་བོན་འགའ་ཞིག་ནི་མ་བཟུང་  
བ་ལས་ཀྱང་འབྲས་བུ་སྒྲིན་པར་མཐོང་སྟེ་འདི་ལྟར། སོལ་བ་དང་། བ་ལང་གི་བྱི་  
བ་དང་། ལུག་གི་བལ་ལ་སོགས་པ་ལས་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་ཏིལ་དང་ལྷུང་བ་ལའི་རྩ་  
བ་དང་། རྩ་དུར་བ་ལ་སོགས་པ་སྟེ་བར་མཐོང་མོད་ཀྱི་འོན་ཀྱང་དེ་དག་ལ་རིལ་བ་  
ལ་སོགས་པ་བཟུང་བ་ནི་མ་ཡིན་ལོ། །ཡང་འབྲས་ས་ལུའི་ས་བོན་ལ་སོགས་པ་  
འགའ་ཞིག་ནི་བཟུང་བ་ཀྱང་འབྲས་བུ་མི་སྒྲིན་པར་མཐོང་བ་ཡིན་ལོ། །དི་ལྟར་བྱི་རོལ་  
ཀྱི་ས་བོན་ངེས་པ་མེད་པ་དེ་ལྟར་ནང་གི་ས་བོན་འདོད་པ་ནི་མ་ཡིན་ལོ། །

ནང་གི་ས་བོན་ནི་མ་བཟུང་བར་འབྲས་བུ་འབྱེན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཐོས་པ་ལ་  
སོགས་པའི་བག་ཆགས་སྒྲོས་པ་མེད་པར་ནི་དེའི་འབྲས་བུ་མང་དུ་ཐོས་པ་དང་།  
མཛོན་པར་གཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་སྟེ་བ་མ་མཐོང་བའི་བྱིར་རོ། །ཅི་སྟེ་བྱིའི་ས་བོན་  
ལྟར་ན་ནང་གི་ས་བོན་རྣམས་ཀྱང་འགའ་ཞིག་མ་བཟུང་བ་ཀྱང་འབྲས་བུ་འབྱེན་ལ།  
འགའ་ཞིག་བཟུང་བ་ཀྱང་མི་འབྱེན་པ་ཡིན་ན་ནི། དེའི་ཆེ་ལས་བྱས་པ་རྒྱུད་ཐོས་གིང་  
མ་བྱས་པ་དང་ཐུད་པར་འགྱུར་བའི་བྱིར། དག་སྟོག་ལ་སྤང་དོར་རྩོམ་པ་དོན་མེད་  
པ་ཡིན་ལ་དེ་ལྟར་རང་གི་གྲུབ་པའི་མཐའ་དང་འགལ་བ་ཡིན་ལོ། །གལ་ཏེ་ཀུན་  
གཞི་ལ་ཡོད་པའི་ནང་གི་ས་བོན་ལས་གཞན་པའི་བྱིའི་ས་བོན་འགའ་ཞིག་ཀྱང་  
ཡོད་ན། དེའི་བྱིར་ཀུན་གཞི་ཉིད་ས་བོན་ཐམས་ཅད་པ་ཡིན་པར་འགལ་ལོ་ཞེ་ན།  
མ་ཡིན་ཏེ། བྱིའི་ས་བོན་དེ་དག་གི་འབྲས་བུ་ལ་ལོངས་སྟོན་པ་པོའི་སེམས་ཅན་



རྣམས་ཀྱི་ཀུན་གཞི་ལ་ཡོད་པའི་ནང་གི་ས་བོན་ཡོངས་སུ་འགྱུར་བའི་བྱུང་པར་ལས་ཐྱི་  
 རོལ་དུ་འབྲས་དང་ནས་ལ་སོགས་པའི་ས་བོན་དུ་སྒྲུང་བ་འབྱུང་བའི་ཐྱིར་ཐྱིའི་ས་  
 བོན་དག་ནི་ནང་གི་ས་བོན་གྱིས་རྒྱུན་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པས་གཞན་མ་ཡིན་ཅོ། །ས་  
 བོན་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཇི་ལྟར་ཡིན་པ་བཤད་ཅིན་ཏེ། །

ཇི་སྐད་བཤད་པའི་ས་བོན་ཐམས་ཅད་དང་ལྡན་པའི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པའི་རང་བཞིན་ཁོང་དུ་མ་ཆུད་པ་ལས་ནི་ཆོས་འདི་ལས་ཐྱི་རོལ་དུ་གྱུར་བ་  
 དག་གི་གཙོ་བོ་དང་། དབང་ལྷན་ལ་སོགས་པའི་བྱུང་པ་པོར་སེམས་པའི་ལྟ་བ་རན་  
 པ་ཀུན་འབྱུང་བ་ཡིན་ལ། འདི་ལྟར་ཁོང་དུ་ཆུད་པ་ལས་ནི་ལྟ་བ་དེ་དག་ལྷོ་གཙུག་ཅིང་  
 རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བ་ཟབ་མོའི་དེ་ཁོན་ནི་དེ་རྟེན་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ཅོ། །  
 དེ་ལྟར་ཡང་ཇི་སྐད་དུ། མདོར་བསྟན་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བ་ནི་འདི་གཉིས་ཏེ།  
 རོ་བོ་ནི་ད་རྣམ་པར་འབྱུང་པ་ཅན་དང་། ལྷན་པ་དང་། མི་སྣུག་པ་རྣམ་པར་འབྱུང་  
 པ་ཅན་ཅོ། །དེ་ལ་གང་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཆོས་རྣམས་  
 འབྱུང་བ་དེ་ནི་རོ་བོ་ནི་ད་རྣམ་པར་འབྱུང་པ་ཅན་ཏེ། རོ་བོ་ནི་ད་སྣ་ཆོགས་རྣམ་པར་  
 འབྱུང་པའི་རྒྱུ་གྱི་དངོས་པོར་གྱུར་པའི་ཐྱིར་རོ། །

རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བ་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་  
 ལྷན་པ་དང་མི་སྣུག་པ་རྣམ་པར་འབྱུང་པ་ཅན་ཏེ། བདེ་འགྲོ་དང་ངན་འགྲོ་དག་ཏུ་  
 ལྷན་པ་དང་མི་སྣུག་པའི་ལུས་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་སྣ་ཆོགས་ཀྱི་རྒྱུ་གྱི་དངོས་པོར་  
 འགྱུར་བའི་ཐྱིར་རོ། །

དེ་ལ་ཏེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བ་དང་པོ་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
 མྱོངས་པ་དག །ཁ་ཅིག་ནི་རང་བཞིན་གྱི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བར་རྟོག །ཁ་ཅིག་ནི་སྒྲོན་  
 བྱས་པའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ་ཉིད་དུ་རྟོག །ཁ་ཅིག་ནི་སྒྲོན་བྱས་པའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ་ཉིད་  
 དུ་རྟོག །ཁ་ཅིག་ནི་དབང་ལྷན་གྱི་བྱས་པའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ་ཉིད་དུ་རྟོག །ཁ་ཅིག་ནི་  
 རྒྱ་མེད་པ་དང་རྒྱ་མེད་པ་ཉིད་དུ་རྟོག་གོ །ཏེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བ་གཉིས་  
 པ་ལ་མྱོངས་པ་དག་ནི་བདག་ལ་བྱེད་པ་པོ་དང་ཟ་བ་པོར་རྟོག་སྟེ། དཔེར་ན་མི་  
 དམུས་ལོང་མང་ཞིག་ཡོད་ལ་དེ་དག་གྱུར་གླུར་པོ་ཆེ་མ་མཐོང་བཤུགས་སྟེ། དེ་དག་  
 ལ་ལ་ཞིག་གིས་གླུར་པོ་ཆེ་བསྟན་ལ། དེ་དག་ལས་ཁ་ཅིག་གིས་ནི་གླུར་པོ་ཆེའི་སྣ་ལ་  
 རེག །ཁ་ཅིག་གིས་ནི་མཆེ་བ་ལ་རེག །ཁ་ཅིག་གིས་ནི་རྣ་བ་ལ་རེག །ཁ་ཅིག་གིས་  
 ནི་རྒྱུང་ལ་རེག །ཁ་ཅིག་གིས་ནི་མཐུག་མ་ལ་རེག །ཁ་ཅིག་གིས་ནི་སྒྲུབ་ཆེགས་ལ་  
 རེག་ནས། །དེ་དག་ལ་གླུར་པོ་ཆེ་ཅི་འདྲ་ཞེས་དྲིས་པ་དང་། ཁ་ཅིག་ན་རེ་གཤོལ་  
 མདའ་ལྟ་བུ་ཞིག་གོ །ཞེས་ཟེར། ཁ་ཅིག་ན་རེ་གཏུན་གྱིང་ལྟ་བུ་ཞིག་ཞེས་ཟེར། །ཁ་  
 ཅིག་ན་རེ་ཞིབ་མ་ལྟ་བུ་ཞིག་གོ་ཞེས་ཟེར། ཁ་ཅིག་ན་རེ་གཏུན་གྱི་གཞི་ལྟ་བུ་ཞིག་གོ །  
 ཞེས་ཟེར། ཁ་ཅིག་ན་རེ་ལྷན་ས་མ་ལྟ་བུ་ཞིག་གོ་ཞེས་ཟེར། ཁ་ཅིག་ན་རེ་པ་བོང་ལྟ་  
 བུ་ཞིག་གོ་ཞེས་ཟེར་བ་དེ་བཞིན་དུ་འདི་ལ་ཏེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བ་གཉིས་པོ་  
 འདི་མི་ཤེས་པ་མ་རིགས་པས་དམུས་ལོང་བཞིན་དུ་གྱུར་པ། གླུར་པོ་ཆེ་ལྟ་བུའི་ཀུན་  
 གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དང་། རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་མི་ཤེས་པ་དག་གྱུར་།  
 ཁ་ཅིག་ནི་རང་བཞིན་ཉིད་དུ་སེམས། ཁ་ཅིག་ནི་སྒྲོན་བྱས་པའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བར་

སེམས། ཁ་ཅིག་ནི་དབང་ཕྱག་ཡོད་པར་སེམས། ཁ་ཅིག་གི་ནི་བདག་ཡོད་པར་  
 སེམས། ཁ་ཅིག་ནི་རྒྱ་མེད་པ་ལས་བྱུང་བར་སེམས། ཁ་ཅིག་ནི་བྱེད་པ་པོར་སེམས།  
 ཁ་ཅིག་ནི་ཟ་བ་པོར་སེམས་སོ། །མདོར་བསྡུ་ན་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ངོ་  
 བོ་ཉིད་ནི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ས་བོན་ཐམས་ཅད་པ་སྟེ། དེས་  
 ཁམས་གསུམ་པའི་ལུས་ཐམས་ཅད་དང་། འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་བསྡུས་སོ། །ཞེས་  
 གང་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཆངས་པ་ཆེན་  
 པོའི་རང་བཞིན་ཇི་ལྟར་ཡིན་པར་རྣམ་པར་བཞག་པ་བཤད་ཟིན་ཏེ། །

ད་ནི་དེའི་སྐྱབ་བྱེད་བཟོད་པར་བྱའོ། །ཇི་སྐད་བཤད་པའི་རྣམ་གྲངས་  
 དང་། མཆོན་ཉིད་དེ་ལྟ་བུ་དང་ལུན་པའི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་  
 འཇུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དག་ལས་དོན་གཞན་དུ་གྱུར་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཡོད་པར་ཅིས་  
 མདོན་ཞེ་ན། ལུང་དང་རིགས་པ་ལས་སོ། །དེ་ལ་རེ་ཞིག་ལུང་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། འདི་  
 ལྟར། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཆོས་མདོན་པའི་མདོ་ལས། ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ཀྱི་  
 དབྱིངས། ཆོས་རྣམས་ཀུན་གྱི་གནས་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡོད་པས་ན་འགྲོ་ཀུན་དང་། ལྷ་རན་  
 འདས་པའང་ཐོབ་པར་འགྱུར། ཞེས་དང་། ཡང་དེ་ཉིད་ལ། ཆོས་ཀུན་ས་བོན་ཐམས་  
 ཅད་པའི། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཀུན་གཞིས་སྟེ། དེ་བས་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་དེ། །  
 དམ་པ་རྣམས་ལ་ངས་བཤད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ་དེ་ལ་ཆོགས་སུ་བཅད་  
 པ་དང་པོའི་དོན་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ཀྱི་དབྱིངས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་ཕྱོགས་ཀྱི་ས་བོན་དང་། རྣམ་པར་བྱུང་བའི་ཕྱོགས་ཀྱི་ས་



བོན་གཉིས་ཉི་པར་བཟུང་བ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་ཕྱོགས་ཀྱི་ས་བོན་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་ཆོས་རྣམས་ཀུན་གྱི་རྒྱུ་རྐྱེན་ཡིན་ལ། དེའི་ཕྱིར་དེ་ཡོད་པས་ནི་འགྲོ་བ་ལྔའི་ལཱོར་བར་སྐྱེ་བ་དང་འཆི་བའི་སྤྲུག་བསྐྱེལ་བློ་བ་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། ། འདི་ནི་སྐྱབས་ཀྱི་སྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཁུངས་ཡིན་ཏེ། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་ཆོས་རྣམས་ཀུན་གྱི་གནས་སུ་གྱུར་ཅིང་གང་ལས་འགྲོ་བ་ཀུན་འབྱུང་བར་གྱུར་བའི་དབྱིངས་ནི། ས་བོན་ཐམས་ཅད་པའི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལས་གཞན་དུ་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྣམ་པར་བྱང་བའི་ཕྱོགས་ཀྱི་ས་བོན་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་རྣམ་བྱང་གི་ཆོས་རྣམས་ཀུན་གྱི་གནས་སམ་རྒྱུ་རྐྱེན་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡོད་པ་ན་མཐར་ཐུང་ན་ལས་འདས་པ་བློ་བ་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་ཉིད་ཐོས་པ་དང་བསམ་པ་དང་བསྒྲུལ་པ་ལ་སོགས་པའི་རིམ་གྱིས་རྟོགས་པར་བྱས་པ་ལས་མཐོང་བའི་ལམ་ལ་སོགས་པ་ཟག་པ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །དོན་གྱི་དབང་འདི་ཉིད་ཉི་པར་བཟུང་ནས། རྒྱུད་སྒྲུ་མའི་འགྲེལ་པར་ཡང་། ཆོགས་སུ་བཅད་པ་འདི་ཉིད་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྤྲིང་བོའི་ཁུངས་སུ་དྲངས་པ་ཡིན་ནོ། །ཡང་ན་ནི་ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ཀྱི་དབྱིངས་ཞེས་པས་ནི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཉི་པར་བཟུང་བ་ཡིན་ཏེ། དེའི་རྒྱུ་ཐོག་མ་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། དབྱིངས་ནི་རྒྱུ་དོན་ཅན་ཡིན་ལ་འདི་ཡང་ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་ཆོས་ཀུན་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

འདི་ནི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་ས་བོན་ཐམས་ཅད་པ་

ཡིན་ལ། འཇིག་རྟེན་དང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་རྣམ་བུར་ཟག་པ་དང་བཅས་  
 པ་དང་། ཟག་པ་མེད་པའི་ས་བོན་ཡང་འདི་ལ་བརྟེན་པས་དེའི་ཕྱིར་འདི་ནི། ཆོས་  
 རྣམས་ཀྱན་གྱི་གནས་ཡིན་ཏེ། །ཞེས་སྒྲོས་ཏེ། ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་། རྣམ་  
 པར་བུར་བའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་ངོ་ཞེས་པའི་དོན་ཏེ། །ཅིའི་  
 ཕྱིར་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་བུར་བའི་ཆོས་རྣམས་འདི་ལ་རྟེན་ཞེས།  
 གལ་ཏེ་འདི་མེད་ན་ནི་ཉོན་མོངས་པ་དང་ལས་དང་སྒྲེ་བའི་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་  
 གསུམ་མི་རུང་ལ། འཇིག་རྟེན་པ་དང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་རྣམ་པར་དག་པ་  
 གཉིས་ཀྱང་མི་རུང་སྟེ། དེ་དག་གི་ས་བོན་གྱི་རྟེན་གཞན་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་  
 ཕྱིར་འདི་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་བུར་བའི་ཆོས་ཀྱན་གྱི་རྟེན་ཡིན་ནོ། །  
 དོན་གྱི་དབང་དེ་ཉིད་ཉེ་བར་བཟུང་ནས། དེ་ཡོད་པས་ན་འགྲོ་ཀྱན་དང་། །ལྷ་རན་  
 འདས་པའང་ཐོབ་པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་ལུང་དང་པོས་ནི་  
 ཀྱན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་དོན་བསྟན་པ་ཡིན་ལ། གཉིས་པས་ནི་མིང་དོན་  
 གཉིས་ཀ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །

དམ་པ་རྣམས་ལ་ངས་བཤད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་  
 ཉིད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཐོབ་པ་ལ་རྗེས་སུ་ཞུགས་པ་བུང་རྒྱུ་མེད་པས་དཔའ་རྣམས་ལ་  
 བསྟན་ཏེ། དེ་དག་ཀྱང་ཤེས་བྱ་ཤེས་པ་ལ་ལྷག་པར་ཞུགས་པའི་ཕྱིར་དང་འདི་མ་  
 གཏོགས་པར་ཡང་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ཤེས་པར་སྒྲ་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་  
 རྣམས་ནི་གོ་བར་ཟད་དོ། །དེ་དག་ནི་རེ་ཞིག་ལུང་ཡིན་ནོ། །རིགས་པ་དང་བྲལ་

བའི་ལུང་ལ་རེ་ཞིག་དད་པའི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་རྣམས་ཀྱང་ཡིད་ཆེས་པར་མི་འགྱུར་ན།  
ཆོས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་དག་ལྟ་ཅི་སྒྲོས་སོ། །

དེ་བས་ན་དེའི་འོག་ཏུ་རིགས་པ་ཅུང་ཟད་བརྗོད་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་རིགས་  
པ་ནི་གཉིས་ཏེ་བསྟན་བཅོས་ལ་གྲགས་པ་དང་། བསྟན་བཅོས་དང་འཇིག་རྟེན་ལ་  
གྲགས་པའི་རིགས་པ་འོ། །རིགས་པ་དང་པོའི་དབང་དུ་བྱས་ནས། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་  
བསྟུས་པ་ལས། དེ་ལྟར་རྣམ་པར་བཞག་པའི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མེད་  
པར་འདི་ལྟར་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་རྣམ་པར་བྱང་བ་མི་རུང་སྟེ། ཉོན་མོངས་པའི་  
ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་ལས་ཀྱི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་ཆེའི་ཀུན་ནས་  
ཉོན་མོངས་པ་ཡང་མི་རུང་ངོ་། །འཇིག་རྟེན་དང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་རྣམ་  
པར་བྱང་བ་ཡང་མི་རུང་ངོ་། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་མི་  
འབྲད་པ་དང་། རྣམ་པར་བྱང་བ་མི་འབྲད་པ་གཉིས་ཀྱིས་རིགས་པར་བྱའོ། །

ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་མི་འབྲད་པ་ཡང་། ཚོགས་དྲུག་ཆགས་སོགས་  
ཉོན་མོངས་ཀྱི་བག་ཆགས་ཀྱི་རྟེན་དུ་མི་རུང་བ་དང་། འདུ་ཤེས་མེད་པ་ནས་ཤི་  
འཕོས་མ་ཐག་གི་ཉོན་མོངས་དང་པོ་ལ་ས་བོན་མེད་པར་འགྱུར་བ་དང་། འཇིག་  
རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་ལ་ལངས་མ་ཐག་པའི་འཇིག་རྟེན་པའི་སེམས་ལ་ས་  
བོན་མེད་པར་ཐལ་བ་གསུམ་གྱིས་རིག་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ་ཀུན་  
གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མེད་ན་འདུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དྲུག་ནི་ཆགས་སོགས་  
ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ཀྱི་ས་བོན་གྱི་རྟེན་དུ་མི་རུང་བས་དེ་དག་གཏན་མི་སྒྲིབ་པར་



འགྱུར་ཏེ་རྒྱ་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །ཅིའི་བྱིར་འདུག་ཤེས་རྣམས་ཆགས་སོགས་ཀྱི་བག་  
 ཆགས་ཀྱི་རྟེན་དུ་མི་རུང་ཞེན། དེ་རེ་ཞིག་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་ཆགས་སོགས་  
 ས་བོན་གྱི་རྟེན་དུ་མི་རུང་ཏེ། འདི་ལྟར། འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པས་རང་དང་ལྟན་  
 ཅིག་སྐྱེས་པའི་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་རང་གི་ས་བོན་སྟོ་འཇམ། འོན་ཏེ་རང་ཉིད་  
 ལ་སྟོ་བར་བྱེད་དམ། ཡང་ན་དེ་དག་དང་ལྟན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་མིག་གིས་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པ་དེས་ཆགས་སོགས་ལ་དེ་དག་གི་ས་བོན་སྟོ་བར་བྱེད་དམ་འོན་ཏེ་དེས་  
 འདུག་ཤེས་གཞན་རྣམས་ལ་ཆགས་སོགས་ཀྱི་ས་བོན་སྟོ་བར་བྱེད་དམ། འོན་ཏེ།  
 མིག་ཤེས་རང་གི་རིགས་འདྲ་བྱི་མ་ལ་དེ་དག་གི་ས་བོན་སྟོ་བར་བྱེད་ཅིས་རྟག་པར་  
 བྱ་སྟེ། རྣམ་པ་གཞན་མི་སྤྲོད་པའི་བྱིར་རོ། །

དེ་ལ་ཕྱོགས་དང་པོ་ལྟར་ན། ཆགས་སོགས་དང་ལྟན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་མིག་  
 གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་བྱི་མ་སྟོ་བའི་ས་  
 བོན་གྱི་གནས་སུ་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་བྱི་མ་རྣམས་ཀྱི་  
 དུས་ན་འདས་པས་དངོས་པོར་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །ཆགས་སོགས་བྱི་མ་རྣམས་སྟོ་  
 བའི་གནས་མ་ཡིན་ན་ཡང་དེ་ལ་ཆགས་སོགས་ཀྱི་ས་བོན་ཡོད་པར་མི་རུང་སྟེ། ས་  
 བོན་གྱི་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་འབྲས་བུ་བྱི་མ་སྟོ་བའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །

ཕྱོགས་གཉིས་པ་ཡང་མི་རིགས་ཏེ། འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་ནི་སེམས་  
 ལས་བྱུང་བ་ཉིད་ཀྱིས་སྐྱད་ཅིག་རེ་རེ་ཤིང་སེམས་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བས་མི་རྟག་  
 པ་ཡིན་ལ་མི་བརྟན་པ་ཉིད་ཀྱང་བག་ཆགས་ཀྱི་རྟེན་མ་ཡིན་ཏེ། ཕྱོག་དང་སྐྱ་སོགས་

པ་བཞིན་ནོ། །རྒྱ་མཚན་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ཆགས་སོགས་དང་ལྷན་ཅིག་པའི་མིག་གི་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པས་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་ལ་དེ་དག་གི་བག་ཆགས་སྒྲོ་བར་  
 བྱེད་དོ། །ཞེས་པའི་བློགས་ཀྱང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་  
 དང་གཅིག་སྒྲིལ་པའི་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པས་རྣ་བ་ལ་སོགས་པ་འཇུག་པའི་རྣམ་  
 པར་ཤེས་པ་གཞན་རྣམས་ལ་ཆགས་སོགས་ཀྱི་བག་ཆགས་སྒྲོ་བར་བྱེད་དོ་ཞེས་བྱ་  
 བའི་བློགས་ཀྱང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འཇུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་ནི་ལྷན་  
 ཅིག་སྒྲིལ་བ་དང་འགག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཡུལ་དང་དབང་པོ་དང་ཡིད་ལ་བྱེད་  
 པ་རྣམས་ཐ་དད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཕན་ཚུན་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བཤད་ཅིན་  
 པ་ཡིན་ནོ། །འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་དང་ལྷན་ཅིག་པའི་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་  
 པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་རང་གི་རིགས་འདྲ་ཕྱི་མ་ལ་ཡང་དེ་དག་གི་བག་ཆགས་སྒྲོ་བར་བྱེད་  
 དོ་ཞེས་པའི་བློགས་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དང་ལྷན་ཅིག་སྒྲིལ་བ་དང་འགག་པ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་ནི་ཆགས་སོགས་ཀྱི་བག་  
 ཆགས་སྒྲོ་བར་བྱེད་དོ་ཞེས་བྱ་བར་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
 རི་ལྟར་བར་འཇུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཞན་རྣམས་ལ་ཡང་འདོད་ཆགས་ལ་  
 སོགས་པའི་བག་ཆགས་ཀྱི་རྟེན་མ་ཡིན་པ་ཡང་རིགས་པ་སྤྲུལ་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ཤེས་  
 པར་བྱའོ། །

གཞན་ཡང་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མེད་ན་འདུ་ཤེས་མེད་པ་ནས་ཤི་  
 འཕོས་ཏེ། འདོད་པར་སྒྲིལ་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་སྒྲིལ་བྱེད་དུ་ཉིང་

འཆ་མས་སྟོར་བའི་ཆེ་འབྱུང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་རང་གི་ས་བོན་མེད་པར་སྟེ་བར་  
 འབྱུར་དེ། སྟར་གྱི་འདོད་པའི་ཉོན་མོངས་པའི་ས་བོན་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་གནས་དང་  
 བཅས་པ་འགགས་ནས་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། རང་གི་རིགས་འདྲ་སྟེ་མ་བར་སྤྱིད་གྱི་  
 སེམས་དགེ་བའམ་མ་སྟོབས་ལུང་མ་བསྟན་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ནི་ཉོན་མོངས་པ་  
 དང་ལྡན་ཅིག་སྟེ་འགག་མ་བྱས་པས་དེ་དག་ལ་དེའི་ས་བོན་ཡོད་པར་མི་རིགས་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བས་ན་གང་ལས་དེ་ལྟ་བུའི་ཉོན་མོངས་ཅན་དུ་སྟེ་བའི་རྒྱ་ཉོན་  
 མོངས་པ་དེ་དག་གི་ས་བོན་གྱི་རྟེན་གྱི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལས་གཞན་དུ་  
 འབྱུང་བ་མ་ཡིན་ལོ། །ཡང་གལ་ཏེ་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མེད་ན་འཕགས་  
 པའི་ལམ་ལས་ལངས་པའི་རྗེས་ལ་སྟེས་པའི་སེམས་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་ཐོག་མར་  
 སྟེ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ས་བོན་མེད་པ་ལས་སྟེ་བར་འབྱུར་དེ། འདི་ལྟར་འཕགས་པའི་  
 ལམ་མངོན་དུ་གྱུར་བ་ན་དེའི་ལས་གཞན་པའི་འདུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་འཛིག་  
 རྟེན་པ་རྣམས་ནི་འགགས་པས་ཉོན་མོངས་པའི་ས་བོན་གྱི་རྟེན་དུ་མི་རུང་ལ་  
 འཕགས་ལམ་དེ་ཉིད་ནི་ཉོན་མོངས་པའི་ས་བོན་གྱི་གནས་སུ་རིགས་པ་མ་ཡིན་དེ།  
 རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ཕྱིར་དང་། ཉོན་མོངས་པའི་གཉེན་པོར་གྱུར་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བས་ན་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མེད་ན་མཐོང་ལམ་སྟེས་པ་  
 ན་ཉོན་མོངས་པ་དང་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ས་བོན་རྒྱན་ཆད་པས་  
 དེའི་འོག་དུ་དག་བཅོམ་པ་བཞིན་དུ་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་གཏན་མི་སྟེ་བར་འབྱུར་  
 ལ་དེ་ལྟ་ན་མཐོང་བའི་ལམ་ཉིད་ཀྱིས་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ཕྱིར་སྟོམ་པའི་ལམ་དོན་



མེད་པ་ཡིན་ནོ། །ཅི་སྟེ། ས་བོན་མེད་པར་ཉོན་མོངས་རྣམས་འབྱུང་ན་དགྲ་བཅོམ་  
པ་དག་ལ་འད་ཉོན་མོངས་སྟེ་བར་ཏུ་ཅད་ཐལ་ཆེས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་བས་ན་འཕགས་  
ལམ་མཛོད་དུ་གྱུར་གྲུང་གང་ལས་ཉོན་མོངས་པ་སྤྱི་མ་རྣམས་འབྱུང་བའི་ས་བོན་གྱི་  
གནས་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །ཉོན་མོངས་པའི་ཀུན་ནས་  
ཉོན་མོངས་པ་མི་རུང་བ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

ལས་ཀྱི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་མི་རུང་བར་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་  
འདུ་བྱེད་གྱི་རྒྱུན་གྱིས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མི་རུང་བ་དང་། ལེན་པའི་རྒྱུན་གྱིས་སྤྱིད་པ་  
མི་རུང་བ་གཉིས་གྱིས་རིག་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་དང་པོ་ནི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་  
པ་མེད་ན་འདུ་བྱེད་གྱི་རྒྱུན་གྱིས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མི་རུང་སྟེ། འདི་ལྟར་རྣམ་པར་  
ཤེས་པ་གང་ལ་བསོད་ནམས་དང་བསོད་ནམས་མ་ཡིན་པ་དང་། མི་གཡོ་བའི་ལས་  
རྣམས་ཀྱི་རང་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་བག་ཆགས་བསྒྲེས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ལ།  
འདུ་བྱེད་གྱི་རྒྱུན་གྱིས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་ན་འཇུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་  
ནི་འདུ་བྱེད་གྱི་བག་ཆགས་སྟོ་བའི་གཞིར་རུང་བ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ལན་དུ་མ་བཤད་  
ཟིན་ཏོ། །

དེ་བས་ན་བསོད་ནམས་ལ་སོགས་པའི་འདུ་བྱེད་རྣམས་ཀྱིས་བག་ཆགས་  
སྟོ་བའི་གཞིར་གྱུར་པའི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །གཞན་དུ་ན་  
འདུ་བྱེད་གྱི་རྒྱུན་གྱིས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཀུན་  
གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མེད་ན་ལེན་པའི་རྒྱུན་གྱིས་སྤྱིད་པ་ཡང་རུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ།

འདི་ལྟར་འདུ་བྱེད་དག་གིས་སྒོས་པའི་བག་ཆགས་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ལེན་པས་  
གསོས་བདེ་བ་སྟེ། ཡང་སྤྱད་པར་སྒྲེ་བ་ལ་མངོན་པར་བྱོགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་  
ལ་སྤྱད་པ་ཞེས་བརྗོད་ན། སྤྱར་བཤད་པའི་རིགས་པས་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་  
པ་མེད་ན། འདུ་བྱེད་ཀྱིས་སྒོས་པའི་བག་ཆགས་ཀྱང་མེད་པའི་བྱིར་དང་། དེ་ཉིད་  
ལེན་པའི་རྒྱུ་ཀྱིས་ཡང་སྤྱད་སྒྲེ་བ་ལ་མངོན་པར་བྱོགས་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་གྱི་  
སྤྱད་པ་ཡོད་པར་ལྟ་ག་ལ་འགྱུར། དེའི་བྱིར་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མེད་ན་  
ལེན་པའི་རྒྱུ་ཀྱིས་སྤྱད་པ་མི་རུང་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་རིགས་པ་དེ་གཉིས་ཀྱིས་  
ནི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མེད་ན་འཕེན་བྱེད་ཀྱི་ལས་དང་མངོན་པར་འགྱུ་བ་  
བྱེད་ཀྱི་ལས་གཉིས་མི་རུང་བར་བསྟན་པའི་སྒྲོ་ནས་ལས་ཀྱི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་  
པ་མི་རུང་བར་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །

ད་ནི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མེད་ན་ཆེའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་མི་  
འཐད་པ་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་སྒྲེ་བ་ལེན་པ་མི་རུང་བ་དང་། འཆི་འཕོ་བ་མི་  
རུང་བ་གཉིས་ཀྱིས་རིག་པར་བྱའོ། །དང་པོ་ཡང་མཉམ་པར་མ་བཞག་པའི་སར་  
ཉིང་འཆམས་སྒྱུར་བ་མི་རུང་བ་དང་། མཉམ་པར་བཞག་པའི་སར་ཉིང་མཆམས་  
སྒྱུར་བ་མི་རུང་བ་དང་། གཟུགས་མེད་ཁམས་ལ་བྱུང་པར་དབྱེད་པ་དང་གསུམ་  
ཀྱིས་རིག་པར་བྱའོ། །དང་པོ་ནི་ཡང་ཉིང་འཆམས་སྒྱུར་བ་མི་རུང་བ་དང་། སྤྱར་  
བྱིན་གྱི་དབང་པོ་རྣམས་གནས་པར་མི་རུང་བ་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡང་མི་  
གཞུག་པར་ཚུན་ཉོན་པར་མི་རུང་བ་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པའི་བས་མི་རུང་བ་རྣམས་

ཀྱིས་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་རེ་ཞིག་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མེད་ན་མཉམ་  
པར་མ་བཞག་པའི་སར་མའི་མངལ་དུ་ཉིང་འཆམས་སྟོར་བར་མི་རིགས་ཏེ། འཇུག་  
པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཉིང་འཆམས་སྟོར་བར་མི་རྣམས་པའི་ཕྱིར་དང་རྣམ་  
པར་ཤེས་པ་གཞན་ཡང་ཁ་མི་ལེན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གལ་ཏེ་འཇུག་ཤེས་རྣམས་ལས། དབང་པོའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དག་གིས་  
ཉིང་འཆམས་སྟོར་བ་སྟེལ་བར་མི་རྣམས་མོད། ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པས་ཉིང་  
མཆམས་སྟོར་བ་སྟེལ་བ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར། འདོད་པར་མངལ་དུ་སྟེ་བར་འགྱུར་  
བའི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་བར་མ་དོའི་སྤྱད་པ་ན་གནས་པའི་ཆོ། བ་མ་གང་ཡང་  
རུང་བ་ལ་ཆགས་པ་དང་ཁོང་ཁྱོད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཉོན་  
མོངས་ཅན་དེ་ཉིད་ཀྱིས་སྟེ་གནས་སུ་ཉིང་འཆམས་སྟོར་བ་སྟེལ་བར་བྱེད་ལ། ཡིད་  
ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཉོན་མོངས་ཅན་དེ་ཉིད་ནི་བར་མ་དོའི་སྤྱད་པ་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ་  
འགག་ལ། དེའི་རིགས་རྒྱན་སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་ནི་མའི་མངལ་དུ་པ་མའི་ཁུ་ཁྱག་  
འདྲེས་པའི་རང་བཞིན་གྱི་རྒྱར་རྒྱར་པོ་དང་། ལྷན་ཅིག་ཏུ་བརྒྱལ་བར་འགྱུར་ལ། དེ་  
ནི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་བདག་ཉིད་ཡིན་ཅོ་ཞེས་ཀུན་གཞི་ཁས་མི་ལེན་པའི་སྟེ་པ་  
དག་སྟེ་བར་བྱེད་དོ། །

དེ་ལ་སྟེ་བར་བྱ་སྟེ། གལ་ཏེ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་བརྒྱལ་བ་དེ་རྣམ་པར་སྒྲིན་  
པའི་རང་བཞིན་ཡིན་ན། དེའི་ཆོ་དེ་ནི་ཇི་སྤྱད་འཆོའི་བར་དུ་རྒྱན་མ་ཆད་པར་འཇུག་  
དགོས་ཏེ། གཞན་དུ་ན་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་ཆད་ཅིང་མཆམས་སྟོར་བའི་ཕྱིར་སྟེ་བ་གཅིག་



ལ་ཡང་། ཡང་དང་ཡང་དུ་འཆི་འཕོ་བ་དང་། སྒྲིབ་ལེན་པར་ཐལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་  
ལྟ་ན་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་བརྒྱལ་བའི་རང་བཞིན་ཅན་ནི་དུས་རྟག་ཏུ་ཡོད་པའི་  
ཕྱིར་གང་གི་ཆེ་མངལ་དུ་ཡིད་ཆེས་པ་དང་། རྗེས་སུ་ཆགས་པའི་ཁོང་ཁྱོད་པའི་རྣམ་  
པར་ཅན་གྱི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དག་བའམ་མི་དག་བ་སྒྲིས་པ་དེའི་ཆེ་ཡིད་ཀྱི་  
རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཉིས་དུས་ཅིག་ཅར་དུ་འཇུག་པར་འགྱུར་ན། དེ་ཡང་རིགས་པ་  
མ་ཡིན་ཏེ། སེམས་གཉིས་ལྟ་ན་ཅིག་ཏུ་འགྱུར་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་གནས་མེད་ཅིང་  
གོ་སྐབས་མེད་དོ་ཞེས་གསུངས་པའི་མདོ་དང་འགལ་བའི་ཕྱིར་དང་། །ཁས་མི་ལེན་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅི་སྟེ་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་བརྒྱལ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་དང་། དག་  
བའམ་མི་དག་བའི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་ཡིད་ཀྱི་ཤེས་པ་དེ་དག་རང་བཞིན་གཅིག་  
ཡིན་ཅོ། །ཞེས་ཀྱང་སྒྲིབ་པར་རུས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དམིགས་རྣམ་ཡོངས་སུ་མ་ཆད་པ་  
དང་ཆད་པའི་རང་བཞིན་ཐ་དད་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་ཡང་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་  
པར་ཤེས་པ་མའི་མངལ་དུ་བརྒྱལ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
ཡིན་པར་ཡང་མི་རིགས་ཏེ། དུས་རྟག་ཏུ་གླིང་པ་བར་མའི་ཐ་མའི་སེམས་ཉོན་  
མོངས་པ་ཅན་གྱིས་འཕངས་པའི་ཕྱིར་དབེར་ན་ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་བཞིན། དམིགས་  
རྣམ་ཡོངས་སུ་མ་ཆད་པའི་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་པས་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་  
དམིགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་མི་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཞན་ཡང་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་འདོད་པར་མའི་མངལ་དུ་བརྒྱལ་བ་  
གང་ཡིན་པ་དེ་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡིན་དུ་ཁྱུག་ན་ཡང་། ཅི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་

ཤེས་པ་བརྒྱལ་བ་དེ་ས་བོན་ཐམས་ཅད་པ་ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་  
 ཞུགས་པའི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཉིས་པ་ས་བོན་ཐམས་ཅད་པ་ཡིན། དང་པོ་  
 ལྟར་ན། དེ་ཉིད་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་ཡང་ཡིན་ལ། ས་བོན་ཐམས་ཅད་པ་ཡང་ཡིན་  
 བས་ཁོ་བོ་ཅག་འདོད་པའི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་བྱེད་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པ་བརྒྱལ་བ་ཞེས་མིང་དུ་འདོགས་པར་བྱད་པས་ཁོ་བོ་ཅག་མིང་ལ་རྩད་པས་  
 ཅི་ཞིག་བྱ། ཅི་སྟེ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བའི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཉིས་པ་ས་  
 བོན་ཐམས་ཅད་པའི་ཞེན། གང་ལས་དེ་ཉིད་འབྱུང་བའི་གནས་ཀྱི་དངོས་པོ་དེ་ཡང་  
 ས་བོན་ཐམས་ཅད་པ་མ་ཡིན་ན། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ས་བོན་ཐམས་ཅད་པ་ཡིན་ལྟ་  
 ཞོག། །དེའི་ཕྱིར་མའི་མངལ་དུ་བརྒྱལ་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཡིད་  
 ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མ་ཡིན་གྱི། རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ས་བོན་ཐམས་  
 ཅད་པ་ཞེས་བྱ་བར་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མེད་  
 བ་ཉིད་འཆམས་སྐྱར་བཞུགས་པའི་དབང་པོ་རྣམས་འདུལ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲོ་ནས་རི་  
 སྒྲིད་འཆོའི་བར་དུ་གནས་པར་མི་རིགས་ཏེ། དེ་དག་ཡོངས་སུ་འཛིན་པར་བྱེད་པའི་  
 རྣམ་ཤེས་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དཔེར་ན་གྱི་བའི་ལུས་བཞིན། དེ་ལ་རེ་ཞིག་དབང་པོའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
 རྣམས་ནི་ལུས་འཛིན་བྱེད་དུ་མི་རུང་སྟེ། འདི་ལྟར་དེ་དག་གིས། ལུས་ལ་དམིགས་པའི་  
 སྒྲོ་ནས་སམ། རྟེན་པའི་སྒྲོ་ནས་འཛིན་གྲང་། དང་པོ་མི་རུང་སྟེ། ཕྱི་རོལ་གྱི་གཟུགས་  
 ལ་སོགས་པ་ཡང་སེམས་ཀྱིས་བཞུགས་པ་ཉིད་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་ལྟར་ན་ཡང་དབང་པོ་རྣམས་འབའ་ཞིག་སེམས་ཀྱིས་ཟིན་པར་  
 འགྱུར་གྱི་དབང་པོ་དང་ལྟན་ཅིག་འཇུག་པ་འབྱུང་བ་དང་འབྱུང་འགྱུར་གཞན་  
 རྣམས་ནི་སེམས་ཀྱིས་མ་ཟིན་པ་ཁོ་ནར་འགྱུར་ཏེ་དབང་ཤེས་ཀྱི་རྟེན་མི་བྱེད་པའི་  
 བྱིར་རོ། །དབང་པོ་ལ་ཡང་རྟེན་མཚུངས་ཀྱི་དབང་པོ་རྣམས་ཁོ་ན་ཟིན་པར་འགྱུར་  
 ཀྱི་དེ་མཚུངས་ཀྱི་དབང་པོ་རྣམས་ཟིན་པ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ། །གཞན་ཡང་  
 དབང་པོའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་ནི་གནས་ཐ་དད་པ་ལ་འབྱུང་བའི་བྱིར་  
 གང་ལས་བྱུང་བའི་གནས། དེ་ཟིན་དུ་ཆུགས་ཡང་། ལུས་ཀྱི་ཆ་གཞན་རྣམས་མ་  
 ཟིན་པས་རྟུལ་ལ་སོགས་པར་འགྱུར་བའི་བྱིར་རོ། །དེ་བས་ན་དེ་དག་གི་ལུས་  
 འཛིན་པར་བྱེད་པར་རུང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །ཡིད་ཀྱིས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ།  
 འདི་ལྟར་རྟེན་གྱི་སྒྲོ་ནས་སམ། དམིགས་པའི་སྒྲོ་ནས་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ན། དམིགས་  
 པའི་སྒྲོ་ནས་ཀྱང་མ་ཡིན་ཏེ། ཏ་ཅང་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་བྱིར་རོ། །རྟེན་གྱི་སྒྲོ་  
 ནས་ཀྱང་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་ལུས་ལ་མི་རྟེན་པའི་བྱིར་རོ། །ཅི་སྟེ་འདིས་ལུས་ལ་  
 བདག་དང་བདག་གི་བར་བབྱུང་བའི་བྱིར་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་སེམས་མེད་པའི་  
 གནས་སྐབས་ལྟར་ལུས་འཛིན་བྱེད་མེད་པའི་བྱིར་གི་བའམ་རུལ་བ་ལ་སོགས་པར་  
 འགྱུར་ལ། སེམས་དང་བཅས་པའི་གནས་སྐབས་ན་ཡང་རེས་འགའ་མ་ཟིན་པར་  
 འགྱུར་ཏེ། ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དགེ་བའམ། མ་སྒྲིབས་ལ་ལུང་མ་བརྟན་དུ་  
 སྒྲེས་པའི་ཆེ་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པས་ལུས་ལ་བདག་དང་བདག་གི་བར་འཛིན་པ་  
 མེད་པའི་བྱིར་རོ། །



དེ་བས་ན་ཇི་སྤྲོད་འཚོའི་བར་དུ་དབང་པོ་དང་བཅས་པའི་ལུས་འཛིན་  
 བར་བྱེད་པའི་ཤེས་པ་འདུག་པའི་རྣམ་ཤེས་དག་ལས་གཞན་པ་ཞིག་ཡོད་པར་གྲུབ་  
 ལ་དེ་ཡང་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལས་གཞན་མ་ཡིན་ནོ། །ཀུན་གཞིའི་རྣམ་  
 པར་ཤེས་པ་ནི་དབང་པོ་དང་བཅས་པའི་ལུས་ཐམས་ཅད་ལ་བྱུང་བའི་བྱིར་དང་།  
 དེ་ཡང་ཇི་སྤྲོད་འཚོའི་བར་དུ་རྣམ་ཡང་རྒྱུན་མི་འཆད་པའི་བྱིར་ལུས་འཛིན་བྱེད་དུ་  
 འབྲད་པ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མེད་ན། མདོ་ལས།  
 རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་མིང་དང་གཟུགས་མདུང་བྱིས་ལྟར་གཅིག་ལ་གཅིག་རྟེན་པའི་  
 ཚུལ་གྱིས་འདུག་པར་གསུངས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་མི་རུང་སྟེ། ཀུན་གཞི་ལས་  
 གཞན་པའི་མིང་གཟུགས་ཀྱི་རྟེན་དུ་རུང་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཞན་མེད་པའི་  
 བྱིར་རོ། །གཞན་ཡང་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལས་གཞན་འདུག་པའི་རྣམ་  
 པར་ཤེས་པ་རྣམས་ཀྱི་ནི་ཁམས་གསུམ་པའི་སེམས་ཅན་འབྱུང་པོ་རྣམས་གནས་  
 བར་བྱེད་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་བས་སུ་ཡང་རུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར། དབང་  
 པོའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་ནི་གཟུགས་མེད་པའི་ཁམས་ན་མེད་པའི་བྱིར་དང་།  
 ཡོད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡང་སེམས་མེད་པའི་གནས་སྐབས་ལྟ་ན་རྒྱུན་ཆད་པས་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པའི་བས་སུ་མི་རུང་བའི་བྱིར་རོ། །ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་  
 ཁམས་ཐམས་ཅད་དང་དུས་ཐམས་ཅད་དུ་གནས་པའི་བྱིར་ཁམས་གསུམ་པའི་སེམས་  
 ཅན་འབྱུང་པོ་རྣམས་གནས་པར་བྱེད་པའི་བས་སུ་རིགས་པ་ཡིན་ནོ། །མཉམ་པར་མ་  
 བཞག་པའི་སར་ནིང་འཚམས་སྦྱོར་བ་སྒྲེལ་བ་མི་རུང་བ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

གཞན་ཡང་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མེད་ན་འདི་ནས་གི་འཕྲོས་ནས་  
མཉམ་པར་བཞག་པའི་སར་སྐྱེ་བ་ལེན་པའི་ཉིང་འཆམས་སྐྱེར་བ་སྐྱེལ་བར་བྱེད་པ་  
མི་འབྲད་དེ། མཉམ་པར་བཞག་པའི་སར་ཉིང་འཆམས་སྐྱེར་བ་སྐྱེལ་བ་ནི་དེའི་ས་  
པའི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མཉམ་པར་མ་བཞག་པ་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་བྱེད་པ་  
ཡིན་ན། ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མེད་ན་དེ་ལྟ་བུའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྐྱེ་བའི་  
རྒྱར་རྒྱར་པའི་ས་གོང་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །འདི་ལྟར་སྒྲར་གྱི་སྐྱེ་བའི་གནས་སྐབས་  
ཀྱི་མཉམ་པར་བཞག་པའི་ས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ཀྱི་བག་ཆགས་ནི་འདོད་  
པའི་སྐྱེ་བས་བར་ཆེད་པས་འགགས་ནས་མེད་པའི་བྱིར་དང་། འདོད་པའི་སེམས་  
ལ་ཡང་གོང་མའི་ཉོན་མོངས་དག་གི་བག་ཆགས་བགོས་པ་མེད་པའི་བྱིར་དང་།  
རང་གི་སྒྲ་ལོགས་ཀྱི་སྤྲིད་པ་བར་མའི་སེམས་དག་བའམ་མ་སྐྱབས་ལ་ལུང་མ་  
བསྟན་དག་ལ་ཡང་མཉམ་པར་བཞག་པའི་ས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ཀྱི་བག་  
ཆགས་མེད་དོ། །དེ་དག་དང་ས་གོང་མའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་སྐྱེ་འགག་ལྟན་ཅིག་  
མ་བྱས་པའི་བྱིར་རོ། །མཉམ་པར་བཞག་པའི་སར་ཉིང་འཆམས་སྐྱེར་བ་སྐྱེལ་བར་  
བྱེད་པ་ལ་ས་དེ་པའི་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་སེམས་དགོས་ཏེ། ས་འོག་མའི་ཉོན་  
མོངས་པ་ས་གོང་མའི་སྐྱེ་བ་མངོན་པར་མི་འགྲུབ་པའི་བྱིར་དང་། འོག་ས་ལས་  
འདོད་ཆགས་དང་མ་བུལ་བར་གོང་སར་མི་སྐྱེ་ལ། ས་དེ་ལས་འདོད་ཆགས་དང་  
བུལ་བ་དག་ཀྱང་ས་དེའི་ཉོན་མོངས་པ་ཀུན་དུ་སྤྱོད་པ་མི་འབྲད་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་  
བས་ན་གང་གི་ཆེ་བསམ་གཏན་དང་པོར་སྐྱེ་བ་དེའི་ཆེ་ནི་དེའི་ས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་

ཅན་གྱི་སེམས་ཀྱིས་ཉིང་འཆོམས་སྒྲོར་བ་སྒྲེལ་བར་བྱེད་ལ་སྤྲོད་པའི་རྩེ་མོར་སྒྲེས་པ་ན་  
ཡང་དེའི་ས་པའི་ཉོན་མོངས་པས་སྒྲེལ་བར་བྱེད་ཅེས་སོགས་ཤེས་པར་བྱའོ། །མཉམ་  
པར་བཞག་པའི་སར་ཉིང་འཆོམས་སྒྲོར་བ་སྒྲེལ་བ་མི་འབྲད་པ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

གཟུགས་མེད་པའི་ཁམས་ལ་བྱེད་པར་དུ་དབྱེད་པ་ནི། གལ་ཏེ་ཀུན་  
གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མེད་ན། གཟུགས་མེད་བཞིར་སྒྲེས་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་  
ཀྱི་རྒྱད་ལ་དགེ་བ་དང་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་སེམས་ཅན་སྒྲེས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་  
རྒྱ་མེད་པར་སྒྲེ་བར་འགྱུར་ཏེ། འདི་ལྟར། གང་གི་ཆེ་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དད་  
སོགས་དགེ་བ་དང་མཚུངས་ལྡན་དུ་འབྱུང་བ་དེའི་ཆེ་ཡིད་ཀྱི་ཤེས་པ་རང་ཉིད་དང་  
སོགས་དེ་དག་གི་ས་བོན་ཅན་དུ་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་རང་དང་ལྡན་ཅིག་པའི་  
དད་སོགས་སྒྲེ་བར་འགྱུར་བའི་ས་བོན་འཛོག་པར་བྱེད་པའི་དད་སོགས་གཞན་  
དང་ལྡན་ཅིག་སྒྲེ་འགག་བྱས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། གཞན་དག་རྒྱ་འབྲས་དུས་  
མཉམ་པ་ཡང་མི་འདོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རང་གི་སྤྲེལ་ལོགས་ཀྱི་ཡིད་ཀྱི་ཤེས་པ་ཉོན་  
མོངས་པ་ཅན་རྣམས་མ་སྒྲིབས་ལ་ལུང་དུ་མ་བསྐྱུན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ལ་དད་  
སོགས་ཀྱི་ས་བོན་ཡོད་དོ་ཞེས་བྱང་བརྗོད་པར་རྣམས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་དང་དད་  
སོགས་ལྡན་ཅིག་སྒྲེ་བ་དང་འགག་པ་མེད་པས་དེ་དག་ལ་དད་སོགས་ཀྱི་བག་  
ཆགས་སྒྲོས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅི་སྒྲེ་དེ་དག་དད་སོགས་དང་ལྡན་ཅིག་སྒྲེ་  
འགག་བྱས་ན་ཡང་དགེ་བར་འགྱུར་གྱི་ཉོན་མོངས་ཅན་དང་ལུང་མ་བསྐྱུན་དུ་མི་  
འགྱུར་ལ། དེ་ལྟར་ན་ཡང་སྒྲུབ་པར་བྱ་བ་དང་མཚུངས་པ་ཡིན་ནོ། །སྤྲེལ་འདོད་པ་



དང་གཟུགས་ཀྱི་ཁམས་སྤྱུ་སྦྱེས་པའི་དག་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་གི་བག་ཆགས་ནི་  
 རིགས་མི་མཐུན་པའི་སེམས་དུ་མས་བར་དུ་ཆོད་པའི་ཕྱིར་དེ་དག་ལས་སྦྱེ་བའོ་ཞེས་  
 བརྗོད་པར་ཡང་རྣམ་པ་མ་ཡིན་ཅོ། །དེའི་ཆེ་རྒྱུ་པར་ཤེས་པ་གཞན་ཡང་མེད་དོ། །

དབང་པོའི་ཤེས་པ་ནི་མེད་ལ། ཡིད་ཀྱི་རྒྱུ་པར་ཤེས་པ་ནི་དད་སོགས་  
 དང་མཚུངས་ལུན་དུ་སྦྱེས་ལ། ཀྱུན་གཞིའི་རྒྱུ་པར་ཤེས་པ་ཁས་མི་ལེན་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 དེ་བས་ན་གཟུགས་མེད་པ་དག་དུ་སྦྱེས་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་ཡིད་ཀྱི་ཤེས་པ་དག་  
 བར་སྦྱེས་པ་དེ་དག་རྒྱ་མེད་དུ་འགྱུར་ལ། དེ་ལྟ་ན་དག་བའི་རྩ་བ་ཆད་པ་དག་ལ་  
 ཡང་དད་སོགས་ཀྱི་དག་བ་སྦྱེ་བར་ཏ་ཅང་ཐལ་ཆེས་པ་ཡིན་ཅོ། །དེ་བཞིན་དུ་རི་  
 སྐད་བཤད་པའི་རིགས་པ་དེ་དག་གིས་གཟུགས་མེད་པ་རྒྱུ་པར་སྦྱེས་པ་རྒྱུ་པར་ཀྱི་  
 སེམས་ཉོན་མོངས་ཅན་དུ་སྦྱེས་པ་རྒྱུ་པར་རྒྱ་མེད་པར་སྦྱེ་བར་འགྱུར་ལ། དེ་ལྟར་ན།  
 དག་བཅོམ་པ་དག་ལ་ཡང་ཉོན་མོངས་པ་སྦྱེ་བར་ཏ་ཅང་ཐལ་ཆེས་པ་ཡིན་ཅོ། །  
 ཡང་དེ་ཉིད་དུ་སྦྱེས་པའི་འཕགས་པ་ཕྱིར་མི་འོང་དག་གིས་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་  
 པའི་སེམས་མངོན་སུམ་དུ་བྱས་པ་ན་དེའི་འགྲོ་བ་ལྷོག་པར་འགྱུར་ཏེ། །ཀྱུན་གཞིའི་  
 རྒྱུ་པར་ཤེས་པ་མེད་ན་འགྲོ་བར་ཐ་སྙད་གདགས་པའི་གཞིར་རུང་བའི་སེམས་  
 གཞན་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འཕགས་པའི་ལམ་དེ་ཉིད་ལ་འགྲོ་བ་ཞེས་ཐ་སྙད་  
 གདགས་སུ་རུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། །དེ་ནི་འགྲོ་བའི་གཉེན་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འགྲོ་  
 བ་ལྷོག་པར་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ་ཐུང་བོ་ལྷག་མ་མེད་པའི་དབྱིངས་སུ་ཐུང་ན་  
 འདས་པར་ཐལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྤྱིད་པའི་རྩེ་མོ་སྦྱེས་པའི་ཕྱིར་མི་འོང་

བ་ཅི་ཡང་མེད་པའི་སེམས་ཅན་ལ་བརྟེན་ནས་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་  
མཐོན་སུམ་དུ་བྱས་པ་ན་དེ་དག་གཉིས་ཀའི་འགྲོ་བ་ལྷོག་པར་འགྱུར་དེ་དེ་དག་  
གཉིས་ཀའི་ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་སེམས་མ་ལུས་པ་འགགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྟེ་  
བ་ལེན་པ་མི་འཐད་པ་བཤད་ཟིན་ཏེ། །

ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མེད་ན་ལེགས་པར་བྱེད་པ་དང་ཉེས་པར་  
བྱེད་པ་དག་འཆི་འཕོ་བའི་ཆོ་ག་རིམ་བཞིན་དུ་ཐོག་མ་ཉིད་རྒྱུ་ཡིན་པའི་མཐིལ་དང་སྟེ་  
བོ་ནས་དྲོད་རིམ་གྱིས་འདོར་བར་བྱེད་པ་དེ་མི་རུང་བར་འགྱུར་ཏེ། དེ་ལྟར་བྱེད་  
པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཞན་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་དྲོད་རིམ་གྱིས་འདོར་བ་  
གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་རྣམ་པར་ཤེས་པས་ཟིན་པ་དང་། མ་ཟིན་པ་ལས་ཡིན་ཏེ།  
སེམས་གྱིས་མ་ཟིན་པ་དག་ལ་དེ་ལྟར་འགྱུར་བ་མ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལ་རེ་  
ཞིག་ལུས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པས་ནི་རུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། གསོན་པའི་གནས་སྐབས་ན་  
ཡང་ལུས་ཀྱི་ཡན་ལག་གང་ལ་ལུས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྟེས་པ་དེ་ཉིད་སེམས་གྱིས་  
ཟིན་ཀྱང་ཡན་ལག་གཞན་དག་མ་ཟིན་པས་དྲོད་ཡལ་བ་དང་དབང་པོ་འགག་པ་  
སོགས་སུ་ཐལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །རྒྱ་མཚན་དེ་ཉིད་གྱིས་ན་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་  
སོགས་པ་གཞན་བཞི་ལ་ཡང་རུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། རྟེན་རིམ་སུ་ཆད་པ་ལ་གནས་པ་  
ཉིད་ཀྱི་ལུས་གྱིས་ཆཤས་ཀུན་ལ་བྱབ་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་ལུས་ཀྱི་  
དབང་པོ་ཡན་ལག་ཀུན་ལ་བྱབ་པས་དེ་ཉིད་སྟོད་དམ་སྟོད་ནས་རིམ་གྱིས་འདོར་བ་  
ཡིན་ནོ། །ཞེན། དེ་ལྟར་ཡིན་མོད་འདི་ཉིད་དབྱེད་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་པར་

ཤེས་པས་དོར་བས་ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་དེ་ལྟར་འགག་པ་ཡིན་ནམ་འོན་ཏེ་མ་དོར་  
 ཡང་། དེ་ལྟར་འགྱུར་བ་ཡིན་ཞེས་བྱས་པ་ཡིན་ནོ། །དང་པོ་ལྟར་ན་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
 གང་ཞིག་གིས་དོར་བས་ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་སྟོང་དམ་སྟོང་ནས་བསྐྱུ་བར་འགྱུར་བའི་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་ཉིད་འཇུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་འཇུག་པའོ། །དེ་ལས་གཞན་ཞེས་  
 དཔྱད་བར་བྱ་བ་ཡིན་ལ། འཇུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་དེ་ལྟར་མི་རུང་བར་སྟོང་  
 པའི་སྐབས་ཡིན་ནོ། །ཅི་སྟེ་རྣམ་པར་ཤེས་པས་མ་དོར་བར་ཡང་ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་  
 འགག་པར་འགྱུར་བ་ནི་མི་རིགས་ཏེ། ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་འགགས་ན་རྣམ་པར་ཤེས་  
 པས་མ་དོར་བར་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅི་སྟེ་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པས་དྲོད་  
 འདོར་བར་བྱེད་དོ་ཞེ་ན། དེ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་ལུས་ལ་མི་བརྟེན་པའི་  
 ཕྱིར་དང་ལུས་ཀྱང་དེ་ལ་མི་བརྟེན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་དེའི་ལུས་ཀྱི་ཆ་གང་ཞིག་  
 བདག་ཏུ་བཟུང་བ་དེ་ནི་དྲོད་དང་བཅས་པ་ཡིན་ལ། གང་དེ་ལྟར་མ་བཟུང་བ་དེ་ནི་  
 དྲོད་འདོར་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེ་ན། དེ་ལྟར་གསོན་པའི་གནས་སྐབས་འགའ་ཞིག་ན་  
 ཡང་དྲོད་འདོར་བར་འགྱུར་ཏེ། དེས་དུས་ཐམས་ཅད་དུ་ལུས་ལ་བདག་དང་བདག་  
 གི་བར་འཛིན་ནོ་ཞེས་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

ཅི་སྟེ་དེ་ཡིད་པ་ཅམ་གྱིས་དྲོད་འདོར་བར་མི་བྱེད་ན་ནི་ཇི་སྟེ་སྟོག་ཐ་མ་  
 ལ་འགགས་ཀྱི་བར་དུ་ཡིད་ཀྱི་ཤེས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དྲོད་ཀྱང་མི་འདོར་བར་གྱུར་  
 ན་དེ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་སྐར་དྲོད་ཡལ་བར་མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ། །ལས་  
 ཀྱི་འཕེན་པ་རིམ་གྱིས་ཟད་པས་དྲོད་རིམ་གྱིས་འདོར་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་ཀྱང་བརྗོད་



པར་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་ལས་ཀྱི་འཕེན་པ་ཟད་པའི་དབང་གིས་ལུས་  
འཛིན་བྱེད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པས་ལུས་རིམ་གྱིས་དོར་བ་ལས་བྱོད་རིམ་གྱིས་འདོར་  
བ་ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་རྒྱ་མཚན་གཞན་འགའ་ཞིག་ལས་ཡིན་ཞེས་དབྱུང་པར་བྱ་བ་  
ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡོད་ན་དེ་ནི་ལྟར་རུང་ཞེ་ན། དེ་ལ་  
དབང་པོ་ཐམས་ཅད་བརྟེན་ཏོ། །དེའི་སྤྱིར་དབང་པོའི་སྤྱོད་གས་གང་དང་གང་ཞིག་  
ལས་ཀྱི་འཕེན་པ་ཡོངས་སུ་ཟད་པས་རྣམ་པར་སྤྲོད་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་སྤྱི་བ་  
དང་མི་མཐུན་པར་གྱུར་པའི་སྤྱོད་གས་དེ་དང་། དེའི་དབང་པོ་འགགས་པར་གྱུར་པས་  
བྱོད་ཡལ་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །རིམ་པ་འདིས་དབང་པོ་མ་ལུས་པ་ཡོངས་སུ་བོར་བས་  
ལུས་རིམ་བྱོད་ཡལ་བའི་བར་དུ་འགྱུར་བས་དེ་ལྟར་རུང་སྟེ། འདི་ནི་རེ་ཞིག་སྤྱི་རོལ་  
གྱི་དོན་ཁས་སྒྲུངས་པའི་སྤྱོད་གས་ལ་ཡིན་ནོ། །

ཤེས་བྱ་ནང་གི་ཡིན་པར་ལྟ་བུ་ལ་ནི་གང་གི་ཆེ་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་  
པ་ལུས་མཐའ་དག་ཏུ་སྒྲུང་བར་སྤྱི་བས་དེའི་ཆེ་ལུས་ཐམས་ཅད་ཟེན་པ་ཡིན་ལ།  
གང་ཆེ་ལུས་ཀྱི་སྤྱོད་གས་ལ་ལ་ནི་བདག་ཏུ་སྒྲུང་། ལ་ལ་ནི་སྤྱི་རོལ་དུ་སྒྲུང་བ་དེའི་ཆེ་  
ནི་གང་ཞིག་བདག་ཏུ་སྒྲུང་བ་དེ་ནི་ཟེན་པ་ཡིན་ལ། གང་སྤྱི་རོལ་གྱི་རྣམ་པ་ཅན་དེ་  
ནི་མ་ཟེན་པའི་སྤྱིར་བྱོད་ཡལ་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་དོན་གསང་རྣམ་པར་བཤད་པ་ལས་  
འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་རིགས་པར་མ་མཐོང་སྟེ། འདི་ལྟར། ལུས་ཀྱི་ཆ་གང་ལ་  
བྱོད་ཡལ་བ་དེ་ནི་ཀུན་གཞི་ལ་སྤྱི་རོལ་དུ་གྱུར་པ་ལས་ཡིན་ན་གང་གི་ཆེ་ལུས་  
མཐའ་དག་ལ་བྱོད་ཡལ་བ་དེའི་ཆེ་ཀུན་གཞི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལུས་མཐའ་དག་སྤྱི་

རོལ་དུ་སྒྲུབ་དགོས་པར་འགྱུར་ན། དེ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཆོ་འདིའི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡང་ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་དང་ལྷན་ཅིག་འགགས་ནས་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྒྲེ་བ་གཞན་དང་གང་ཟག་གཞན་གྱིས་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་ད་ལྟར་གྱི་ལུས་འདི་འཛིན་པར་བྱེད་པར་དང་། འདོར་བར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བས་ན་དོན་འདི་ཁོ་བོས་ནི་རྣམ་པ་གཞན་དུ་རྟོགས་ཏེ། འདི་ལྟར་མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་འདི་དག་ནི་རང་གང་གིས་ཡོངས་སུ་ཟེན་པའི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡིན་ཏེ། འདི་དག་འཕེན་པར་བྱེད་པ་དང་མཛོན་པར་འགྱུར་པར་བྱེད་པའི་ལས་དང་ཉོན་མོངས་གཅིག་ལས་སྒྲེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་ལ་སོགས་པ་དག །ཀྱུ་བ་པ་དང་བདེ་བ་གཅིག་པའི་ཕྱིར། དེ་འགག་པ་ན་དེ་དག་གྱུང་འགག་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་ལུས་འཛིན་པར་བྱེད་པའི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཅིག་ནི་སྒྲེ་བ་ན་ཡང་ཅིག་ཅར་སྒྲེ་ཞིང་སྒྲོན་གྱི་འཕེན་པ་ཟད་པ་ན་ཡང་ཅིག་ཅར་འགག་སྟེ། འདི་ལྟར་སྟེ་རྩུས་ཏེ་སྒྲེས་པའི་སེམས་ཅན་དག་གི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་བཞིན་དེའི་ཕྱིར་རྩུས་སྒྲེས་དག་གི་དབང་པོ་རྣམས་ནི་སྒྲེ་བ་ན་ཡང་ཅིག་ཅར་འགག་གོ་ཞེས་གྲགས་སོ། །རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཅིག་ནི་སྒྲེ་བ་ན་ཡང་རང་གི་ཆ་ཤས་རིམ་གྱིས་རྫོགས་པར་བྱེད་ལ། ལས་ཀྱི་འཕེན་པ་ཟད་དེ་འགགས་པ་ན་ཡང་རིམ་གྱིས་འགགས་པ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་མངལ་དང་སྒློང་དང་དྲོད་གཤེར་ལས་སྒྲེས་པ་དག་གི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་བཞིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་གི་དབང་པོ་རྣམས་ནི་རིམ་

གྱིས་རྫོགས་ཤིང་རིམ་གྱིས་འགག་བ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལ་ངི་སྤྱིད་ལས་ཀྱི་འཕེན་པ་མ་ཟད་ཀྱི་བར་དུ་རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་རྣམ་  
ཤེས་རང་ཉིད་ལུས་ཀྱི་དབང་པོའི་རྣམ་པར་ཡོངས་སུ་གྱུར་བ་དེ་ཉིད། ཀླང་མཐིལ་  
ནས་སྤྱི་བོའི་བར་ལ་རྫེས་སུ་ཞུགས་པས་ལུས་ཀྱི་ཆ་ཤས་ཐམས་ཅད་དྲོད་དང་བཅས་  
ཤིང་སེམས་ཀྱིས་ཟིན་བ་ཞེས་བྱ་བ། གང་གིས་ཆོ་ལེགས་པར་བྱེད་པ་དང་ཉེས་པར་  
བྱེད་པ་དག་གི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལུས་ཀྱི་དབང་པོའི་རྣམ་པར་  
ཡོངས་སུ་གྱུར་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད། ལས་ཀྱི་འཕེན་པ་ཟད་པའི་དུས་ན། ཐོག་  
མར་སྤྱི་བོ་འམ་ཀླང་པའི་མཐིལ་ནས་འགག་པར་འགྱུར་བ་དེའི་ཆོ་གནས་དེ་དང་དེ་  
ནས་ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་འགག་ཅེས་པའི་ཐ་སྙད་འདོགས་ལ། ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་  
འགགས་པ་ཉིད་ཀྱིས་དྲོད་ཡལ་བར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ལུས་དང་མིག་ལ་  
སོགས་པའི་དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཡོངས་སུ་གྱུར་པའི་རྣམ་  
པར་སྒྲིན་པའི་རྣམ་ཤེས་དེ་མཐའ་དག་རིམ་གྱིས་འགག་བ་ན་དབང་པོ་མཐའ་དག་  
འགགས་པ་ཞེས་བ་དང་། ཤི་བ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་སྙད་འདོགས་པ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་  
དབང་པོ་རྣམས་རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་རྣམ་ཤེས་ཡོངས་སུ་གྱུར་བ་ཡིན་པས། དེ་  
འགགས་པ་ན་དེ་དག་ཀྱང་འགག་ན་ཕྱི་རོལ་གྱི་སྤྱོད་ཀྱང་དེ་ཡོངས་སུ་གྱུར་བ་ཡིན་  
པས་དེ་འགག་པ་ན་དབང་པོ་རྣམས་བཞིན་དུ་འགག་པར་རིགས་སོ་ཞེས། དེ་ནི་མ་  
ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་ཁང་མིག་ཏུ་ཏིལ་མར་དང་། ཡུངས་ཀར་ལ་སོགས་པ་སྤྱུམ་དང་  
སྤྱིང་བོ་ཐ་དད་པའི་སྒྲུབས་པའི་མར་མེ་དུ་མ་ཞིག་ཡོད་ན། ཕྱི་རོལ་དུ་འོད་གསལ་



གཅིག་ཁོ་ན་འབྱུང་གི། འདི་ནི་ཏིལ་མར་གྱི་སྟོན་མེད་འོད་དོ། །འདི་ནི་ཡུངས་མར་གྱི་སྟོན་མེད་འོད་དོ་ཞེས་བྲ་དད་དུ་དབྱེ་བར་མི་རྒྱས་ལ་གང་གི་ཆེ་ཏིལ་མར་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་དེ་དང་དེ་བྲ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བའི་སྟོན་མེ་དེ་དང་དེ་འགག་མོད་གྱི་འོན་ཀྱང་ཕྱི་རོལ་དུ་འོད་འགག་པ་ནི་མེད་དོ། །གང་གི་ཆེ་རྒྱ་མཐའ་དག་བྲ་དད་ནས་སྟོན་མེ་མཐའ་དག་འགག་པ་དེའི་ཆེ་ཕྱི་རོལ་དུ་འོད་ཀྱང་མཐའ་དག་འགག་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །

དེ་བཞིན་དུ་ལས་དང་ཉོན་མོངས་བྲ་དད་དུ་མས་སྐྱབ་པའི་རྣམ་པར་སྦྲིན་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡང་ཉིད་ལུས་ཅན་གྱི་ངོ་བོར་སྒྲུང་བ་མར་མེ་ལྷ་བུ་དུ་མ་ཞིག་ཡོད་པ་ན། ཕྱི་རོལ་དུ་འོད་ལྷ་བུའི་སྟོན་གྱི་འཇིག་རྟེན་གཅིག་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་སྦྱུམ་དང་སྦྱིང་པོ་བྲ་དད་པའི་མར་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པའི་འཇེན་པ་དེ་དང་དེ་བྲ་དེ་ལ་ན་དེ་དག་གི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བའི་མར་མེ་ལྷ་བུའི་རྣམ་པར་སྦྲིན་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་འགག་མོད་གྱི། ཕྱི་རོལ་གྱི་སྟོན་འགག་པ་ནི་མ་ཡིན་དེ། དེ་ཁོ་ནའི་དབང་གི་བྱུང་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གལ་ཏེ་དེ་ལྷ་བུའི་རྣམ་པར་སྦྲིན་པའི་རྣམ་ཤེས་མཐའ་དག་འགགས་ན་ནི། སྟོན་ཀྱང་འགག་པར་འགྱུར་དེ། མར་མེ་མཐའ་དག་འགགས་ན་འོད་ཀྱང་འགགས་པ་བཞིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་སེམས་ཅན་གྱི་འཇིག་རྟེན་ཞིག་པ་ན་སྟོན་གྱི་འཇིག་རྟེན་ཡང་འཇིག་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །

དེ་བས་ན་སྟོན་མ་ལྷ་བུའི་རྣམ་པར་སྦྲིན་པའི་རྣམ་ཤེས་དང་སྟོན་མེད་གཟུགས་དང་རིག་བྱ་ལ་སོགས་པ་ལྷ་བུ་ནི་ལུས་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་གཟུགས་

ཅན་རྣམས་ཡིན་ལ། འོད་ལྷ་བུ་ནི་བྱི་རོལ་གྱི་སྟོང་རྣམས་ཡིན་པས། དེ་དག་  
 མཚུངས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་རྣམ་པ་གསུམ་མི་རུང་བ་  
 བཤད་ཟིན་ཏོ། །ད་ནི་རྣམ་པར་བྱང་བ་མི་རུང་བ་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ལ་རེ་ཞིག་  
 ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མེད་ན་འཇིག་རྟེན་པའི་རྣམ་པར་བྱང་བ་མི་རུང་སྟེ། །  
 འདོད་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་མི་འབྱེད་པའི་བྱིར་རོ། ། དེ་  
 ཡང་འདི་ལྟར། འདོད་པ་ལས་འདོད་ཆགས་དང་མ་བྲལ་བས་གཟུགས་ན་སྟོང་པའི་  
 སེམས་མི་བློབ་པས། འདོད་པ་ན་སྟོང་པའི་སྟོར་བ་ལས་བྱུང་བའི་དགེ་བའི་སེམས་  
 གྱིས་འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བར་བྱ་བའི་བྱིར་རྩོམ་པ་ན། འདོད་པ་ན་  
 སྟོང་པའི་སྟོར་བ་ལས་བྱུང་བའི་སེམས་དེ་ཡང་། གཟུགས་ན་སྟོང་པའི་སེམས་དང་  
 ལྷན་ཅིག་འབྱུང་བ་དང་འགག་པ་མེད་པའི་བྱིར་། དེས་བསྐྱོས་པ་མེད་པས་དེའི་ས་  
 བོན་ཅན་དུ་མི་རུང་ལ། གཟུགས་ན་སྟོང་པའི་སེམས་འདས་པ་ཆེ་རབས་དུ་མའི་  
 སེམས་རིགས་མི་མཐུན་པ་དུ་མས་བར་དུ་ཆོད་པ་དེ་ཡང་འདས་ནས་མེད་པའི་བྱིར་  
 ད་ལྟར་གྱི་མཉམ་པར་བཞག་པའི་སེམས་ཀྱི་ས་བོན་དུ་མི་རུང་རོ། །དེའི་བྱིར་  
 འདོད་པ་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བར་འདོད་པའི་སྟེས་བྱ་ལ་མཉམ་པར་  
 བཞག་པའི་སེམས་ཀྱི་ས་བོན་མེད་པའི་བྱིར་དེ་སྟེ་བར་མི་རིགས་ལ་མཉམ་པར་  
 བཞག་པའི་སེམས་མ་སྟེས་པར་འདོད་པ་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བར་རུང་བ་  
 མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ཉིད་ཀྱི་ས་ཐམས་ཅད་ལ་ཅི་  
 རིགས་སུ་སྦྱར་བར་བྱའོ། །

ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་ཁས་ལེན་པ་ལ་ནི་འདས་པའི་ཆེ་རབས་སུ་མཉམ་  
 པར་བཞག་པའི་སེམས་ཀྱི་ཀུན་གཞི་ལ་སྒྲོས་པའི་ས་བོན་འདོད་པའི་སྒྲོར་བ་ལས་  
 བྱུང་བའི་དགེ་བས་གསོས་བཏབ་པ་ལས་མཉམ་པར་བཞག་པའི་སེམས་སྒྲེ་བས་  
 ཆགས་བྲལ་གྱི་རིམ་པ་རྣམས་འབྲད་པ་ཡིན་ལོ། །

ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མེད་ན་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་རྣམ་  
 པར་བྱུང་བ་ཡང་མི་རུང་སྟེ། ཇི་སྐད་དུ། གཞན་གྱི་སྒྲུ་ལ་རྟེན་པ་དང་སོ་སོ་རང་རང་  
 གི་ཚུལ་བཞིན་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དེའི་རྒྱས་ཡང་དག་པའི་ལྷ་བ་འབྱུང་ངོ་། །ཞེས་  
 བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྩལ་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པ་མེད་ན་ནི་མི་རུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལ་གཞན་གྱི་སྒྲུ་ལས་ཚུལ་བཞིན་ཡིད་  
 ལ་བྱེད་པ་འབྱུང་ཞེས་པ་ནི། སངས་རྒྱས་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པ་ལས་ཆོས་ཐོས་ཏེ།  
 དོན་ཚུལ་བཞིན་དུ་ཉམས་སུ་བླངས་པ་ལས་ངེས་པར་འབྱེད་པའི་ཆ་དང་མཐུན་  
 པའི་རང་བཞིན་གྱི་སྒྲོར་བའི་ལམ་རྣམས་འབྱུང་ཞེས་པའོ། །དེའི་རྒྱལ་ཡང་དག་  
 པའི་ལྷ་བ་འབྱུང་ཞེས་པ་ནི། དེ་ལ་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཟག་མེད་  
 དང་། སོ་སོ་སྒྲེ་བོ་ཞེས་པའི་ཀུན་གཞི་མེད་པ་ལ་རིམ་པ་ཇི་ལྟར་མི་རུང་ཞེན། ཡང་  
 དག་པའི་ལྷ་བའི་མིང་ཅན་ཟག་མེད་སྐད་ཅིག་དང་པོ་དེའི་བདག་པོ་དང་རྒྱུའི་རྒྱུན་  
 གཉིས་ཀ་མི་རུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་ལ་སྒྲེ་བ་དག་ནི་སྒྲོར་ལམ་ཆོས་མཆོག་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་དེའི་བདག་  
 པོའི་རྒྱུན་དུ་སྒྲུ་ན། དེ་ཡང་རུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཉིད་སྒྲེ་བའི་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །



ཅི་སྟེ་གཞན་གྱི་སྒྲ་ལས་ཡིད་ལ་བྱེད་པས་བཞག་པའི་ཐོས་པའི་བག་ཆགས་ལས་  
 བྱང་ཞེན། གཞན་གྱི་སྒྲ་ལས་དེའི་དོན་སེམས་པའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དེས་ཚེས་ཐོས་  
 པའི་རྒྱ་བའི་རྒྱམ་པར་ཤེས་པའམ། འོན་ཏེ་ཡིད་གྱི་རྒྱམ་པར་ཤེས་པའམ། དེ་གཉིས་  
 ཀ་ལ་ཐོས་པའི་བག་ཆགས་སྒྲིག་པར། དེ་ལ་རེ་ཞིག་ཚེས་དེ་དག་གི་དོན་ལ་སོ་སོར་  
 རྟོག་ཅིང་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ན་ཡང་རྒྱ་བའི་རྒྱམ་པར་ཤེས་པ་ནི་རེ་ཞིག་མི་འབྱུང་བས་དེའི་  
 བྱིར་རྒྱ་བའི་རྒྱམ་པར་ཤེས་པ་ལ་བག་ཆགས་བསྒྲིམ་སོ། །ཞེས་བྱ་བར་མི་རིགས་སོ། །  
 ཡིད་གྱི་རྒྱམ་པར་ཤེས་པ་ལ་སྒྲིམ་སུ་ཆུག་ན་ཡང་། གང་གི་ཆེ་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་  
 དངོས་སུ་འདྲེན་པར་བྱེད་པའི་སྒྲོར་ལམ་ཚེས་གྱི་མཚོག་འབྱུང་བ་དེའི་ཆེ་ཡིད་གྱི་  
 རྒྱམ་པར་ཤེས་པ་ཐོས་པའི་བག་ཆགས་བསྒྲིམ་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་བག་ཆགས་དང་  
 བཅས་ཏེ་འགགས་ནས་མེད་ན་ཇི་ལྟར་དེའི་ས་བོན་ལས་ཚེས་གྱི་མཚོག་འབྱུང་།  
 དེའི་བྱིར་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་ལ་བདག་པོའི་རྒྱུན་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །རྒྱའི་རྒྱུན་ཡང་  
 མེད་པ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་སྒྲོར་བའི་ལམ་ཚེས་མཚོག་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་འཇིག་  
 རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་དང་ལྟན་ཅིག་སྟེ་འགག་མ་བྱས་པའི་བྱིར་དང་གཞན་གྱི་  
 སྒྲ་ལས་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་ཡང་ལྟན་གཅིག་སྟེ་འགག་མ་བྱས་པའི་བྱིར་ཐོས་པའི་  
 བག་ཆགས་ཀྱང་དེ་ལ་མེད་པས་དེའི་ས་བོན་ལས་ནི་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་སྟེ་བར་མི་  
 རིགས་ལ། དེའི་ས་བོན་གྱི་རྟེན་གཞན་ཡང་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །བདག་པོ་དང་རྒྱའི་  
 རྒྱུན་མེད་པར་ཡང་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་སྟེ་བར་མི་རིགས་ལ། ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་  
 མེད་པར་ཡང་རྒྱམ་པར་དག་པར་འགྱུར་བ་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཀུན་གཞི་ཁས་

ལེན་པ་ལྟར་ན་ཡང་དག་པའི་ལྷ་བ་དེ་ཉིད་ས་པོན་གང་ལས་འབྱུང་། ཀུན་གཞིའི་  
རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་  
དག་གཉིན་པོའི་རྒྱར་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་སེམས་ནི་མ་སྐྱེས་པ་ཉིད་ཀྱིས་དེས་ཀུན་གཞི་  
ལ་རང་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པའི་བག་ཆགས་བཞག་པ་ཡང་  
མེད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེན་འདི་ལ་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ལ་འཕགས་པའི་ལམ་གྱི་རིགས་  
ཀྱི་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། དམིགས་པའི་རྒྱུ་དུ་གྱུར་པ་དང་། རྒྱའི་རྒྱུ་དུ་གྱུར་པ་འོ། །  
དང་པོ་ནི་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་རང་བཞིན་གྱིས་རྣམ་པར་དག་པ་སྟེ། འདི་ལ་བདག་  
མེད་རྣམ་པ་གཉིས་གང་རུང་གི་རྣམ་པས་དམིགས་ཏེ་བསྐྱོམ་པས་ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་  
འཕགས་པའི་ལམ་རྣམས་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་འདི་ཉིད་དུ་ཡང་། ཅིའི་  
ཕྱིར་ཆོས་དབྱིངས་ཞེས་བྱ་ཞེན། ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་  
རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །འདི་ཉིད་སྒྲིབ་པ་ཐམས་ཅད་དང་  
བྲལ་བ་ནི། དེ་བཞིན་གསེགས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་ཞེས་བྱ་བའི་གྲངས་སུ་འགོ་ལ།  
དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་སྒྲིབ་པོ་ཅན་དུ་གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ། མདོ་སྤེའི་རྒྱུ་ལས་དེ་  
བཞིན་ཉིད་ནི་ཐམས་ཅད་ལ། །བྱད་པར་མེད་ཀྱང་དག་གྱུར་པ། །དེ་བཞིན་  
གསེགས་ཉིད་དེའི་ཕྱིར། །འགོ་ཀུན་དེའི་སྒྲིབ་པོ་ཅན། །ཅེས་དང་རྒྱད་སྟེ་མ་ལས་  
ཀྱང་། རྗོགས་སངས་སྐྱ་ནི་འཕྲོ་ཕྱིར་དང་། །དེ་བཞིན་ཉིད་དབྱེར་མེད་ཕྱིར་དང་། །  
རིགས་ཡོད་ཕྱིར་ན་ལུས་ཅན་ཀུན། །རྟག་ཏུ་སངས་རྒྱས་སྒྲིབ་པོ་ཅན། །ཞེས་གང་

གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་ནོ། །དེ་ཉིད་ལ་རང་བཞིན་དུ་གནས་པའི་རིགས་ཞེས་ཀྱང་བྱ་  
 རྟེན་ཅི་སྐད་བཤད་པའི་ཚུལ་གྱིས་འཕགས་པའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་།  
 རྟེན་གྱིས་སྐྱབས་པ་མ་ཡིན་པར་གདོད་མ་ནས་གནས་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྒྱའི་རྟེན་དུ་  
 བྱུང་པ་ནི་ཀུན་གཞི་ལ་ཡོད་པའི་ཟག་པ་མེད་པའི་ས་བོན་ཆོས་ཉིད་གྱིས་གནས་པ་  
 གང་ཡིན་པ་སྟེ། དེ་ཉིད་ཐོས་པའི་བག་ཆགས་ཞེས་ཀྱང་བྱ། རྟེན་མཆོད་དུག་གི་བྱུང་  
 བར་ཞེས་ཀྱང་བྱ། རྒྱས་པར་འགྱུར་བའི་རིགས་ཞེས་ཀྱང་བྱའོ། །

ཅིའི་ཕྱིར་ཐོས་པའི་བག་ཆགས་ཞེས་བྱ་ཞེ་ན། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་གིན་དུ་  
 རྣམ་པར་དག་པ་རྟོགས་པའི་རྒྱ་མཐུན་པ་ལུང་གི་ཆོས་ཐོས་པའི་རྟེན་གྱིས་གསོ་བར་  
 བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཐོས་པའི་བག་ཆགས་ཞེས་བྱ་སྟེ། དཔེར་ན་ཀུན་གཞི་དེ་ཉིད་  
 གདོད་མ་ནས་འདོད་པའམ་མི་འདོད་པའི་འབྲས་བུ་འབྱེན་རུང་དུ་གནས་པ་དག་  
 བའམ་མི་དག་བའི་རྟེན་གྱིས་རྣམ་པ་མཐུ་ཅན་དུ་བྱས་པ་ལ་དག་འམ་མི་དག་བའི་  
 བག་ཆགས་ཞེས་བརྗོད་པ་བཞིན་ནོ། །འདི་ཐོས་པའི་རྟེན་གྱིས་གསལ་དུ་སྐྱབས་པར་  
 བྱ་བ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ་ཉན་ཐོས་ཞི་བ་བཟོད་པ་གཅིག་ཕུ་བ་དག་གིས་དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་པ་ལ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་ཐོས་པ་ལས་ཀྱང་དེ་དག་གི་རྒྱུད་ལ། ཐེག་པ་  
 ཆེན་པོའི་ཐོས་པའི་བག་ཆགས་འཇོག་པར་འགྱུར་ལ། དེ་ལྟ་ན་དེ་དག་ལ་ཐེག་པ་  
 ཆེན་པོའི་རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་ཡོད་པའི་ཕྱིར་དང་། ཞི་བ་བཟོད་པ་གཅིག་ཕུ་བར་  
 མི་རིགས་སོ། །དེའི་ཕྱིར་མདོ་ལས་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་རིགས་དེ་  
 ནི་རྟེན་མཆོད་དུག་གི་བྱུང་བར་ཆོས་ཉིད་གྱིས་ཐོབ་པ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་རྒྱུད་དེ་



འོངས་པ་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །ཅིའི་ཕྱིར་སྐྱེ་མཆེད་དུག་གི་བྱུང་པར་ཞེས་  
བྱ་ཞེ་ན། འདིས་གང་ལ་སེམས་ཅན་ཞེས་ཐ་སྙད་དུ་གདགས་པའི་གཞི་ནང་གི་སྐྱེ་  
མཆེད་དུག་པོ་འདི་དག་ཡན་ཚུན་བྱུང་པར་དུ་འབྱེད་པར་བྱེད་པའི་བྱུང་པར་གྱི་  
ཆོས་ཡིན་པས་དེའི་ཕྱིར་སྐྱེ་མཆེད་དུག་གི་བྱུང་པར་ཞེས་བྱའོ། །རི་ལྟར་བྱུང་པར་དུ་  
འབྱེད་པར་བྱེད་ཅི་ན། དེ་ལ་གང་ཞིག་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཆོས་ཐོས་པས་རྟམ་  
པར་འགྱུར་བའི་ཐོས་པའི་བག་ཆགས་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་རིགས་  
ཞེས་བརྗོད་ལ། དེ་གང་ཡོད་པའི་དོན་ཡིན་འདྲ་ལ་དམིགས་པའི་ནང་གི་སྐྱེ་མཆེད་དུག་པོ་  
དག་ལ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་ཅན་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱེད་ཀྱི་ཉན་ཐོས་  
ཀྱི་རིགས་ཅན་ནམ་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་ཅན་ཞེས་ནི་བརྗོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གང་  
ཞིག་ཕྱ་ངན་འདས་པའི་ཡན་ཡོན་དང་འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་ལ་སོགས་རང་ཉིད་  
གཅིག་ཕུ་གྲོལ་བའི་ཐབས་སྟོན་པའི་ཆོས་ཐོས་པའི་རྒྱུ་གྱིས་རྒྱས་པར་འགྱུར་བ་  
གང་ཡིན་པའི་ཐོས་པའི་བག་ཆགས་དེ་ནི་ཐེག་པ་དམན་པའི་རིགས་ཞེས་བྱ་ལ་དེ་  
ཉིད་ནང་གི་སྐྱེ་མཆེད་གང་ལ་དམིགས་པ་དེ་དག་ལ་ནི་ཉན་ཐོས་སམ་རང་སངས་  
རྒྱས་ཀྱི་ཐེག་པ་འམ་དེ་དག་གི་རིགས་ཅན་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱེད་དོ། །ཅིའི་ཕྱིར་  
རྒྱས་འགྱུར་ཞེས་བྱ་ཞེ་ན། འདི་ཉིད་རྒྱུ་གྱིས་བསོས་བཏབ་པ་ལས་རྒྱུ་དུ་ལས་  
འབྱིང་དང་། འབྱིང་ལས་ཆེན་པོར་འཕེལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་ལོ། །རི་སྐད་དུ། དེ་  
ལ་བག་ཆགས་རྒྱུ་དུ་ལ་བརྟེན་ནས་བག་ཆགས་འབྱིང་པོར་འགྱུར་ལོ། །བག་  
ཆགས་འབྱིང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་བག་ཆགས་ཆེན་པོར་འགྱུར་ཏེ། ཐོས་པ་དང་བསམ་

པ་དང་སྒྲོམ་པ་ལན་མང་དུ་བྱ་བ་དང་ལྷན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གང་གསུངས་པ་ལྟ་  
བུའོ། །ཡང་སྒྲེ་མཆེད་དུག་གི་བྱད་པར་ཟག་པ་མེད་པའི་ས་བོན་འདི་ཉིད། ཐོག་མ་  
མེད་པ་ནས་རང་བཞིན་གྱི་གནས་པ་དང་། རྒྱུན་གྱི་ཡང་དག་པར་སྒྲུངས་པ་གཉིས་  
སུ་ཡང་འགྱུར་ཏེ། དེ་ལ་དང་པོ་ནི་ཐོས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་གསོས་མ་བཟུང་བའི་གནས་  
སྐབས་ན་ཆོས་ཉིད་གྱིས་གནས་པའི་ཟག་པ་མེད་པའི་ས་བོན་གང་ཡིན་པའོ། །

གཉིས་པ་ནི་དེ་ཉིད་ཐོས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་བསོ་བཟུང་སྟེ། འཕེལ་བར་གྱུར་  
པའི་གནས་སྐབས་གང་ཡིན་པའོ། །ཁ་ཅིག་དེ་དག་ལ་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་རང་བཞིན་  
དུ་གནས་པ་དང་། རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་ཞེས་འཆད་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ནི་དབྱུད་  
པར་བྱ་སྟེ། འདི་ལྟར་སྒྲུ་མ་ཡང་དེ་བཞིན་ཉིད་བཞིན་དུ་རྒྱུན་གྱིས་བཅོས་སུ་མི་རུང་  
བ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཐོས་པ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་གསོས་པ་ལས་གོང་ནས་གོང་  
དུ་འཕེལ་སྟེ་མཐར་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཡེ་ཤེས་དངོས་སུ་འབྱེན་པའི་མཐུ་  
དང་ལྷན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བས་ན་འདི་ཡང་ཕྱི་མ་ལྟར་རྒྱུན་གྱིས་རྒྱས་པར་འགྱུར་  
བ་ཡིན་ན་ཇི་ལྟར་ན་རྒྱས་པར་འགྱུར་བ་ཞེས་མི་བརྗོད། ཅི་སྟེ་འདི་རྒྱུན་གྱིས་  
འཕེལ་བར་མི་རུང་བ་ཞིག་ཡིན་ན། དེའི་ཆེ་འདི་འཕགས་པའི་ལམ་གྱི་རིགས་སུ་ཇི་  
ལྟར་འགྱུར་ཏེ། འདིས་འཕགས་པའི་ལམ་ལ་བྱུད་པར་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་བསྐྱེད་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་ཉིད་ནི་དམིགས་པའི་སྒྲོ་ནས་འཕགས་པའི་ལམ་གྱི་རྒྱུར་འགྱུར་  
ན་འདི་ནི་དེ་ལྟར་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །ཅི་སྟེ་འདི་རྒྱུན་གྱིས་གསོས་པ་ལ་མི་སྟོས་པར་  
འཕགས་པའི་ལམ་གྱི་རྒྱུར་རྒྱུན་དུ་འགྱུར་ན། དེའི་ཆེ་ཐོས་པ་སོགས་སྟོན་དུ་སོང་བ་





རིགས་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་དེ་ལ་གནས་པའི་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་འཇམ། ཉན་ཐོས་སམ་  
རང་རྒྱལ་གྱི་ཐེག་པ་དག་ནི་རྒྱུན་གྱི་དབང་གིས་ཐེག་པ་གཞན་དུ་སྦྱར་བར་ཡང་  
ནུས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་དང་པོ་ངེས་པའི་རིགས་ལ་གནས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི། དབང་པོ་རྣམ་པོ་ཞེས་བྱའོ། །

གཉིས་པ་མ་ངེས་པའི་རིགས་ལ་གནས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དབང་པོ་  
འབྲིང་པོ་ཞེས་བྱའོ། །ཉན་རང་གི་ཐོས་པ་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་ཡང་དག་པར་ཞུགས་  
པ་དག་ནི་དབང་པོ་རྒྱལ་པོ་ཞེས་བྱའོ། །ངེས་པའི་རིགས་ལ་གནས་པའི་ཉན་ཐོས་  
དང་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐེག་པ་དག་ནི་ཞི་བ་བགྲོད་པ་གཅིག་ལུ་པ་ཞེས་བྱའོ། །

ཉིས་པ་མ་ངེས་པའི་རིགས་ལ་གནས་པ་དག་ལ་ནི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་ཡོངས་སུ་  
སྦྱར་བ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལ་ཞི་བ་བགྲོད་པ་གཅིག་ལུ་པ་དག་ནི་གདོན་མི་ཟ་བར་སྤང་  
པོ་ལྷག་མ་མེད་པའི་མྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་དབྱིངས་སུ་ཡོངས་སུ་མྱ་ངན་ལས་འདའ་  
བར་འགྱུར་བས་སྒྲ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་དུ་མི་རུང་བ་ཡིན་ནོ། །  
དེའི་ཕྱིར་མདོ་ལས། ཉན་ཐོས་ཞི་བ་བགྲོད་པ་ཕྱོགས་གཅིག་ལ་ཞུགས་པ་ལ་ནི་  
སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་བརྩོན་པ་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྒྲིང་པོ་ལ་  
བཞག་པར་མི་ནུས་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

རང་རྒྱལ་གྱི་ཐེག་པ་བྱང་ཆུབ་ཏུ་ཡོངས་སུ་སྦྱར་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་རི་  
མིད་མིད་པ་ཐ་མ་པར་མ་གྱུར་པ་དེ་མིད་དུ་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་དག་པའི་བཤེས་གཉེན་  
གྱིས་ཡོངས་སུ་བཟུང་ན་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་སྐྱེད་

པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །གང་གི་ཆེ་སྤྱད་པ་ཐ་མ་པར་གྱུར་པ་དེའི་ཆེ་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་  
པོ་ལ་འཇུག་པ་མི་སྤྱད་པ་ཡིན་ཏེ། སྒྲོན་ལམ་གྱི་དབང་གིས་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའ་སོགས་ཀྱིས་དབེན་པའི་ཞིང་དུ་སྐྱེ་བ་ཉིད་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དགོ་  
བའི་བཤེས་གཉེན་དང་ཕྱད་པ་མི་སྤྱད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་རང་རྒྱལ་སྤྱད་པ་ཐ་  
མ་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ནི་ཞི་བ་བགྲོད་པ་གཅིག་ཕུ་བ་ཞེས་བྱ་སྟེ། རི་རྒྱད་དུ།  
རང་རྒྱལ་གྱི་ས་ལས། དེ་ཐམས་ཅད་ནི་ཉོན་མོངས་པ་ཞི་བར་བྱེད་པའི་བགྲོད་པ་  
གཅིག་ཕུ་པར་རིགས་པར་བྱའོ་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །ཉན་ཐོས་བྱང་ཆུབ་ཏུ་  
ཡོངས་སུ་བསྐྱར་བ་ནི་རི་སྤྱད་ཕུང་པོ་ལྷག་མ་མེད་པའི་ཕྱ་ངན་ལས་འདས་པ་མངོན་  
སུམ་དུ་མ་བྱས་པ་དེ་སྤྱད་དུ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་དང་ཕྱད་ན་  
སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་དུ་རུང་བ་ཡིན་ལ།  
གང་གི་ཆེ་སྤྱད་པོ་ལྷག་མ་མེད་པའི་ཕྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་དབྱིངས་སུ་ཡོངས་སུ་ཕྱ་  
ངན་ལས་འདས་པ་དེའི་ཆེ་ནི་སེམས་བསྐྱེད་པའི་མཐུ་མེད་ཏེ། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་  
གིན་དུ་རྣམ་པར་དག་པ་འབའ་ཞིག་ཏུ་བྱད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་དག་བཅོམ་པ་  
རྣམས་ཕུང་པོ་ལྷག་མ་དང་བཅས་པའི་ཆེ་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་འཇུག་ཏུ་རུང་ལ། ལྷག་  
མ་མེད་པའི་ཕྱ་ངན་འདས་པའི་ཆེ་མིང་རུང་བའི་ཚུལ་རྒྱས་པར་རྣམ་པར་གཏན་ལ་  
དབབ་པར་བསྐྱབ་པ་ལས་གསུངས་སོ། །དེ་ལྟར་ན་དམིགས་པའི་རྒྱན་དུ་གྱུར་པའི་  
རིགས་དེ་བཞིན་ཉིད་དེ་ཀུན་ལ་རྗེས་སུ་ཞུགས་པའི་ཕྱིར་ཀུན་གྱང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
རིགས་ཅན་དུ་གསུངས་པ་མི་འགལ་ལ་རྒྱའི་རྒྱན་དུ་གྱུར་པའི་རིགས་སྐྱེ་མཆེད་དུག་

གི་ཁྱད་པར་ཞེས་བརྗོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ཇི་སྐད་བཤད་པའི་ཚུལ་གྱིས་སོ་  
སོར་ངེས་པ་དང་མ་ངེས་པ་ཡང་ཡོད་པས། དེའི་ཕྱིར་ཐེག་པ་གསུམ་གྱིས་རིགས་ཐ་  
དད་པ་དང་། མ་ངེས་པའི་རིགས་ཅན་དང་། འགའ་ཞིག་ལ་རིགས་དེ་མེད་པ་ལ་  
སོགས་པའི་རྣམ་པར་བཞག་པ་དགོངས་པ་ངེས་པར་འགྲེལ་པའི་མདོ་དང་། མདོ་  
སྡེ་རྒྱན་ལ་སོགས་པར་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

མདོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་ལས་ཀྱང་། ཚུལ་གྱི་དབྱིངས་ལ་དབྱེར་མེད་  
ཕྱིར། །རིགས་ནི་ཐ་དད་རུང་བ་ཡིན། །རྟོན་པའི་ཚུལ་གྱི་བྱེ་བྲག་གིས། །དེའི་དབྱེ་  
བས་ཡོངས་སུ་བརྗོད། །ཅེས་གསུངས་པ་དེ་ཡང་། ཚེགས་སུ་བཅད་པ་བྱེད་སྡེ་མས་  
དམིགས་རྒྱུན་གྱི་རིགས་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་རིགས་དབྱེ་བ་མེད་པར་བསྟན་ལ།  
བྱེད་བྱེ་མས་རྒྱའི་རྒྱུན་དུ་གྱུར་པ་ཟག་པ་མེད་པའི་ས་བོན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་ཐེག་  
པ་གསུམ་གྱི་རིགས་ཐ་དད་པར་དབྱེ་བར་གསུངས་པ་ཡིན་གྱི། འཕགས་པ་དང་  
སང་གི་བཟང་པོའི་བཤད་པ་ནི་དོན་ཇི་ལྟ་བུ་བཞིན་མ་ཡིན་པར་རྟོགས་སོ། །ཅིའི་  
ཕྱིར་རིགས་གཉིས་པའི་སྒྲོ་ནས་ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་རིགས་ཐ་དད་པར་འཛོག་ །དང་  
པོའི་སྒྲོ་ནས་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་དབྱེ་བ་མེད་པས་ཐེག་པ་གསུམ་དུ་  
དབྱེ་བར་མི་རུས་པའི་ཕྱིར་དང་། རིགས་གཉིས་པ་མེད་ན་དེ་བཞིན་ཉིད་ཡོད་ཀྱང་  
འཕགས་པའི་ལམ་མི་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་རིགས་དང་པོ་ནི་གཙོ་བོ་མ་ཡིན་ལ། རིགས་  
གཉིས་པ་ཁོ་ན་གཙོ་བོ་ཡིན་ཏེ། ཟག་མེད་གྱི་ས་བོན་དེ་ཉིད་སྡེར་ཇི་སྐད་བཤད་  
པའི་ཚུལ་གྱིས་རང་བཞིན་གྱིས་སོ་སོར་ངེས་པ་ཡོད་པས་དེའི་སྒྲོ་ནས་ཐེག་པ་



གསུམ་དུ་དབྱེ་བར་རྒྱས་པའི་ཕྱིར་དང་། དེ་དག་གང་གི་རྒྱད་ལ་ཡོད་པ་དེ་དག་གཞོན་མི་ཟ་བར་རང་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་ལམ་ཡང་གང་རུང་བ་བསྐྱེད་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་གཞན་དག་ཏུ་རིགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་དང་ངོ་བོ་གཏན་ལ་འབེབས་པ་ལ་སོགས་པའི་གནས་སྐབས་སུ་རིགས་གཉིས་པ་འདི་ཉིད་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་གཙོ་ཆའི་དང་པོ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །

གང་ཡང་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་ལས། རྟོགས་པ་ཡི་ནི་ཆོས་དྲུག་དང་། །ཞེས་པ་ནས། ཡེ་ཤེས་སྤྱོད་བ་མི་མངའ་བར། །འཇུག་པའི་རྟོན་ལ་རིགས་ཞེས་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་ཟག་པ་མེད་པའི་ས་བོན་ཁོ་ནའི་དབང་དུ་མཛད་ནས་གསུངས་པ་ཡིན་གྱི། དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱིས་སྐྱབ་པ་དེ་དག་གི་དམིགས་པ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རྟོན་ཡིན་ནོ་ཞེས་བརྗོད་པར་ཡང་མི་རྒྱས་ཏེ། ཉན་ཐོས་དང་རང་རྒྱལ་ལ་སོགས་པའི་དབྱིངས་ཀྱང་སྐྱབ་པ་དེ་དག་གི་རྟོན་དུ་ཉ་ཅང་ཐལ་ཆེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྒྱ་རྒྱུན་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་ཀྱང་བརྗོད་པར་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་བཞིན་ཉིད་ནི་རྒྱུན་གྱིས་ཁྱད་པར་དུ་བྱར་མེད་པས་གལ་ཏེ་དེ་ལས་འབྲས་བུ་འབྱུང་ན་ནམ་ཡང་མེད་པ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཐམས་ཅད་ལ་ཁྱབ་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱན་ལ་འབྲས་བུ་དེ་དམིགས་པར་ཐལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་མ་ཐག་པའམ་བདག་པོའི་རྒྱུན་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་ཀྱང་སྐྱབ་པར་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟ་ན་དབང་པོ་དང་རྣམ་ཤེས་སྤྱོད་མ་ལ་སོགས་པ་གཞན་གྱིས་མ་ངེས་པར་རིགས་དེ་བཞིན་ཉིད་ཁོ་ནར་ངེས་པར་འདོད་པ་

དང་འགལ་བ་དང་། དེ་བཞིན་ཉིད་ཤེས་རིག་གམ་དབང་པོ་ལ་སོགས་པ་མ་ཡིན་  
བས་སྐྱབ་པའི་དེ་མ་ཐག་པ་དང་བདག་པོའི་རྒྱུ་དུ་འགལ་བའི་ཕྱིར་རོ། ། རྒྱུ་  
བཞི་པོ་གང་གི་སྒོ་ནས་ཀྱང་སྐྱབ་པའི་རྟེན་དུ་མི་རུང་ན་ཇི་ལྟར། དེ་ལ་སྐྱབ་པའི་རྟེན་  
ཞེས་བརྗོད་པར་བྱ། དེ་བས་ན་ཟག་པ་མེད་པའི་ས་བོན་ལས་གཞན་པ་དེ་དག་གི་  
རྒྱའི་རྒྱུ་མ་བྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་འཕགས་པའི་ལམ་གྱི་རིགས་སྤྱིའི་རྣམ་  
པར་བཞག་པ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

ད་ནི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཁས་ལེན་པ་ལ་འཕགས་ལམ་དང་པོའི་  
རྒྱའི་རྒྱུ་གང་ཡིན་ཞེས་འདྲི་བ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ལན་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ལ་ཀུན་  
གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་རྗེས་སུ་ཞུགས་པའི་ཟག་པ་མེད་  
པའི་ས་བོན་ཚུལ་ཉིད་ཀྱིས་གནས་པ་དེ་ཉིད་ཚུལ་གྱི་དབྱིངས་ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་དག་  
པ་རྒྱ་མཐུན་པའི་ཚུལ་ཐོས་པའི་རྒྱུ་གྱིས་གསོས་ཏེ་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕྲེལ་བར་  
གྱུར་བས་ཟག་མེད་ཀྱི་ལམ་བསྐྱེད་པ་ལ་རྣམ་པ་མཐུ་དང་ལྟན་པར་གྱུར་པའི་ཟག་  
པ་མེད་པའི་ས་བོན་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱའི་རྒྱུ་དང་སྦྱོར་བའི་ལམ་ཚུལ་གྱི་  
མཚོག་གི་བདག་པོའི་རྒྱུ་ལས་ཟག་པ་མེད་པའི་ལམ་དང་པོ་སྟུག་བསྐྲུལ་ལ་ཚུལ་  
ཤེས་པའི་བཟོད་པ་སྦྱོ་བར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་རྣམ་པ་མཐུ་ཅན་དུ་གྱུར་  
པའི་ཟག་པ་མེད་པའི་ས་བོན་དེས་ཟག་མེད་སྐད་ཅིག་དང་པོ་ནི་བསྐྱེད་པར་བྱེད་ལ་  
ལམ་ལ་རྗེས་ཤེས་ཀྱི་བར་གྱི་སྐད་ཅིག་མ་རྣམས་ནི་འཕྲེལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ།  
དཔེར་ན་མདའ་འཕངས་པ་ནམ་མཁའ་ནས་མི་ལྟང་བ་བཞིན་ནོ། །དེའི་འོག་ཏུ་

སྟོམ་ལམ་ལ་སོགས་པ་འཕགས་ལམ་གྱི་ཕྱི་མ་རྣམས་ནི་འཕགས་པའི་ལམ་སྤྲ་མ་སྤྲ་  
མས་ཀུན་གཞི་ལ་བགོས་པའི་ཟག་པ་མེད་པའི་ས་བོན་དག་ལས་འབྱུང་ངོ་། །ཞེས་  
ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱའོ། །ཟག་པ་མེད་པའི་ས་བོན་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་འཇིག་རྟེན་  
པའི་སེམས་ཀྱིས་སྟོས་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཇི་ལྟར་ན། དེ་ཟག་པ་མེད་པའི་ལམ་གྱི་སྐལ་  
མཉམ་གྱི་རྒྱར་འབྱུང་ཞེན། དེའི་སྟོ་བར་བྱེད་པ་ཐོས་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་སེམས་དེ་  
ནི་འཇིག་རྟེན་དང་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་ཡིན་ཡང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཡེ་  
ཤེས་དག་དང་སྐལ་པ་མཉམ་པ་ཡིན་ཏེ། འདི་ཡང་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལ་དམིགས་  
ཤིང་དེའི་རྣམ་པ་མོས་པ་ཡིད་བྱེད་གྱི་ཚུལ་གྱིས་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་ཡང་འདི་ལྟར་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་ནི་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཇི་ལྟ་བ་  
བཞིན་དུ་བྱགས་སུ་ཆུད་ནས་དེ་གཞན་གྱིས་རྟོགས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཆོས་སྟོན་པས་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་ནི་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་རྟོགས་པའི་རྒྱ་མཐུན་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན་ནོ། །  
དེའི་ཕྱིར་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་གསུང་གི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་དེའི་དོན་ལས་  
ཚུལ་བཞིན་དུ་སྟོན་པའི་སྟོ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་  
དང་དམིགས་པ་དང་རྣམ་པ་མཚུངས་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་གྲོང་ཁྱེར་ཆེན་པོ་འགའ་  
ཞིག་གི་ཁྱད་པར་ལེགས་པར་མངོན་སུམ་དུ་བྱས་ཏེ་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱས་པའི་སྐྱེས་  
བུ་སྟོ་གསལ་བ་གཅིག་གིས་གྲོང་ཁྱེར་དེ་སྤར་མ་མཐོང་པའི་སྐྱེས་བུ་འགའ་ཞིག་ལ་  
དེའི་རྣམ་པ་ལེགས་པར་སྒྲིས་པ་ན་དེས་ཇི་ལྟར་རྟོགས་པ་དེ་ཁོ་ན་ལྟར་དུ་དེ་དག་གི་  
སྟོ་ལ་ཡང་གྲོང་ཁྱེར་དེའི་རྣམ་པ་འཆར་བ་བཞིན་ནོ། །དེ་བས་ན་ཐོས་པ་ཡིད་ལ་



བྱེད་པའི་སེམས་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཟག་པ་མེད་པའི་སེམས་དང་། དམིགས་རྣམ་  
མཚུངས་པ་ཡིན་ལ། དེའི་ཕྱིར་དེས་བཞག་པའི་བག་ཆགས་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་  
ཟག་པ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྒྲུལ་བ་མཉམ་པའི་རྒྱར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །

ཟག་པ་མེད་པའི་ས་བོན་འདི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་ཚུལ་ཉིད་  
གྱིས་གནས་ཞེས་བྱ་བ་འདི་གང་ལས་ཞེ་ན། རིགས་པ་ལས་ཏེ། འདི་ལྟར་ཟག་པ་  
མེད་པའི་ས་བོན་ཞེས་བྱ་བ་ནི། གཞན་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་ཀྱི་དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་  
པ་ཅན་གྱི་སྒྲོ་བ་སྦྱེད་པའི་རྣམ་པ་ལ་བྱའོ། །རྣམ་པ་དེ་ཉིད་ཀུན་གཞི་ལ་ཚུལ་ཉིད་  
གྱིས་གནས་ཞེས་པ་ཡང་རིགས་ལྡན་གྱི་སྦྱེས་བུའི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་  
ཉིད་རང་གི་རྒྱ་ལས་དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་དམིགས་པའི་སྒྲོ་བ་སྦྱེད་པའི་རྣམ་ལྡན་དུ་སྦྱེས་  
པ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །འདི་ནི་རིགས་པས་འགྲུབ་པ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་གལ་ཏེ་  
རིགས་ལྡན་གྱི་སྦྱེས་བུའི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་འདི་རང་གི་རྒྱ་ལས་དེ་བཞིན་  
ཉིད་ལ་དམིགས་པའི་སྒྲོ་བ་སྦྱེད་པའི་རྣམ་པ་དང་ལྡན་པར་མ་སྦྱེས་ན་དེའི་ཆེ་འདི་ཐོས་  
པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུན་དང་ཕྱད་ཀྱང་སྒྲོ་དེའི་རྣམ་ལྡན་དུ་སྦྱེ་བར་མི་  
རིགས་ཏེ། རང་གི་རྒྱ་ལས་སྒྲོ་དེ་སྦྱེད་པའི་རྣམ་པ་མེད་པའི་རང་བཞིན་དུ་སྦྱེས་པའི་  
ཕྱིར། །དཔེར་ན་རིགས་ཆད་ཀྱི་ཀུན་གཞིའི་བཞིན། དེ་ལྟར་ན་འདི་རིགས་ཆད་པ་  
ཞེས་བྱ་བར་འགྱུར་གྱི་རིགས་དང་ལྡན་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གང་གི་ཆེ་ཐོས་པ་ཡིད་ལ་  
བྱེད་པ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུན་དང་ཕྱད་པས་དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་དམིགས་པའི་སྒྲོ་བ་སྦྱེད་  
པའི་རྣམ་ལྡན་དུ་འགྱུར་བ་དེའི་ཆེ། འདི་ལྟར་ནས་སྒྲོ་དེ་སྦྱེད་ཅུང་གི་རྣམ་པ་དང་

ལྷན་པར་ཤེས་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་ཚུ་ལུང་སོགས་ཀྱི་རྒྱུན་དང་ཕྱད་པས་ས་བོན་  
ལས་སྐྱ་གུ་འབྱུང་བར་ཉོགས་པ་ན་དེ་ཉིད་སྤར་ནས་སྐྱ་གུ་འི་རྒྱར་གནས་པར་ཤེས་པ་  
བཞིན་ནོ། །

དེ་བས་ན་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་ཉིད་གདོད་མ་ནས་དེ་བཞིན་  
ཉིད་ལ་དམིགས་པའི་སློབ་སྦྱང་རུང་གི་ངོ་བོར་གནས་པ་གང་གི་ཆེ་ཐོས་པའི་རྒྱུན་དང་  
ཕྱད་པས་རྣམ་པ་ལུ་ལ་དུ་བྱུང་བ་དང་ལྷན་པར་སྦྱེས་པ་དེའི་ཆེ་ཐོས་པའི་བག་ཆགས་  
སྦྱོས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་བ་སྒྲུང་འཐོབ་པ་ཡིན་ནོ། །རིགས་ཆད་ཀྱི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་  
ཤེས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་གདོད་མ་ནས་དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་དམིགས་པའི་སློབ་སྦྱང་རུ་  
མི་རུང་བའི་ངོ་བོར་གནས་པ་ཉིད་ཀྱིས། གང་གི་ཆེ་ཐོས་པའི་རྒྱུན་དང་ཕྱད་པས་  
དེའི་ཆེ་སློབ་དེ་སྦྱང་བའི་རྣམ་པ་དང་ལྷན་པར་མི་སྦྱེ་བས་དེའི་བྱིར་དེ་ནི་རིགས་ཆད་  
པ་ཞེས་བྱ་བའི་བྱངས་སུ་འགྲོ་བ་ཡིན་ནོ། །ཐོས་པའི་བག་ཆགས་ཞེས་བྱ་བ་གང་  
ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་ནམ་འོན་ཏེ་མ་ཡིན། ཐུགས་  
དང་པོ་ལྟར་ན་ཀུན་བཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་གཉེན་པོའི་ས་བོན་རུ་ཇི་ལྟར་རུང་།  
རང་ཉིད་ཀྱིས་རང་ལ་གཞོད་པར་བྱེད་པའི་གཉེན་པོ་བསྦྱང་བ་ནི་འགའ་ཡང་མཐོང་  
བ་མེད་དོ། །

གཉིས་པ་ལྟར་ན་ཡང་དེ་ཉིད་ཀུན་གཞི་ལ་གནས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཇི་  
ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། ཐུགས་དང་པོ་ནི་ཁས་མི་ལེན་ཏེ། འདི་ནི་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་  
པའི་ལམ་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་གཉེན་པོ་ཐུགས་

གྱིས་བསྐྱུས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉེན་པོའི་ཕྱོགས་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་མི་མཐུན་པའི་  
 ཕྱོགས་གྱི་རང་བཞིན་ཡིན་ནོ་ཞེས་བརྗོད་པར་རྣམས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ཡང་།  
 འདི་ནི་ཀུན་གཞི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་གནས་སོ་ཞེས་བྱ་བར་མི་འགལ་དེ། དཔེར་ན་  
 རྒྱ་དང་འོ་མ་རང་བཞིན་གཅིག་མ་ཡིན་ཡང་སྣོད་གཅིག་ཏུ་འབྲེས་དེ་གནས་པ་  
 བཞིན་ནོ། །གལ་དེ་འདི་དག་རྒྱ་དང་འོ་མ་ལྟར་འབྲེས་དེ་གནས་པ་ཡིན་ན་དེའི་ཆེ་  
 འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་སྐྱེས་པའི་ཆེ་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་  
 འགྲིབ་ལ། ཟག་པ་མེད་པའི་ས་བོན་ནི་འཕེལ་བར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་པ་འདི་ནི་ལྟར་  
 རུང་ཞེ་ན། འདི་ནི་ཆོས་ཉིད་ཡིན་དེ། དཔེར་ན་ངང་པས་རྒྱ་ལས་འོ་མ་གང་ཡིན་པ་  
 དག་ནི་འཐུང་བར་བྱེད་གྱི་རྒྱ་ནི་མ་ཡིན་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་པའི་ལམ་གྱིས་འདོད་  
 པ་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་དེའི་ཆེ་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་འབྲེས་དེ་  
 གནས་པའི་མཉམ་པར་མ་བཞག་པ་དང་མཉམ་པར་བཞག་པའི་ས་པའི་ས་བོན་  
 དག་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་ཉམས་པ་དང་འཕེལ་བར་འགྱུར་བ་ལྟར་འདིར་ཡང་རྒྱལ་དེ་  
 ཁོ་ན་ལྟར་ཡིན་པས་ཉེས་པ་མེད་དོ། །འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་རྣམ་པར་བྱང་བ་  
 མི་རུང་བ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

དེ་དག་ཐམས་ཅད་ནི་ལྟན་པའི་རིགས་པ་ཡིན་ནོ། །འདི་ལ་བྲལ་བའི་  
 རིགས་པ་ཡང་ཡོད་དེ། ཇི་སྐད་དུ། བྱང་རྒྱལ་སེམས་པ་བཟང་པོའི་སེམས། །རྣམ་  
 པར་ཤེས་པ་ལྟ་བུར་ཡང་། །དེ་ལས་གཞན་པ་གསལ་བ་ལ། །སེམས་ནི་ནི་ལྟར་འགྱུར་  
 བར་བྱེད། །གཉེན་པོ་གྱུར་པ་ཡིན་ཞེས་བྱར། །སྤངས་པ་མིན་ཕྱིར་མི་རུང་དོ། །དེ་



ནི་སྤངས་པ་ཡིན་ན་ཡང་། རྒྱ་འབྲས་ཐ་དད་མེད་པར་འགྱུར། གལ་ཏེ་ས་བོན་བྲལ་  
 བའམ། །དངོས་པོར་མེད་པར་འགྱུར་འདོད་ན། །དེ་མེད་པས་ན་གཉིས་མེད་དེ། །  
 འགྱུར་བར་རུང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གང་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་དོན་ནི་འདི་  
 ཡིན་ཏེ། གལ་ཏེ་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མེད་ན་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་  
 ལམ་གྱིས་སེམས་ཀྱི་རྒྱན་གནས་འགྱུར་བར་བྱེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་མི་རུང་ངོ་། །རི་  
 ལྷར་མི་རུང་ཞེ་ན། འདི་ལྷར་གང་གི་ཆོ་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་སྒྲིས་པ་  
 དེའི་ཆོ་དབང་པོའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ནི་ངོ་བོ་  
 ཉིད་ཀྱིས་རྣམ་པར་གཡེང་བའི་རང་བཞིན་ཡིན་པས་ཏིང་ངེ་འཇིན་དང་ཤིན་ཏུ་  
 འགལ་བའི་ཕྱིར་ངོ་། །སེམས་གང་ལ་ཉོན་མོངས་པའི་གནས་ངན་ལེན་སྤངས་པས་  
 གནས་གྱུར་པ་ཞེས་བརྗོད་པའི་སེམས། དེ་དག་ལས་གཞན་པ་ཡང་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའ་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་ལ་མཉམ་པར་བཞག་པའི་ཆོ་མ་  
 དམིགས་ན་སེམས་གང་ཞིག་གནས་གྱུར་པ་ཡིན།

ཅི་སྟེ་གཉིན་པོ་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་དེ་ཉིད་གནས་གྱུར་པ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། ལྷར་ཉོན་མོངས་པའི་གནས་ངན་ལེན་དང་བཅས་པ་དེ་ཉིད་ལམ་  
 གྱིས་གནས་ངན་ལེན་གྱི་ས་བོན་མེད་པར་བྱས་པ་ལ་གནས་གྱུར་པ་ཞེས་བརྗོད་པ་  
 མ་ཡིན་ནམ། གཉིན་པོ་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ཕྱིར་འདི་ལ་སྤང་བྱའི་  
 གནས་ངན་ལེན་མེད་ལ། དེའི་ཕྱིར་གནས་ངན་ལེན་སྤངས་པ་མ་ཡིན་ན་ངི་ལྷར་  
 གནས་གྱུར་པ་ཞེས་བརྗོད། ཅི་སྟེ་འདི་གནས་ངན་ལེན་སྤངས་པ་ཡིན་ན་ཡང་། རྒྱ་

དང་འབྲས་བུ་ཐ་དད་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ། གཉེན་པོ་དེ་ཉིད་གནས་ངན་ལེན་སྤངས་  
 པའི་རྒྱ་ཡང་ཡིན་ལ། སྤངས་པའི་རང་བཞིན་ཡང་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྒྱ་དང་  
 འབྲས་བུ་ཐ་དད་མེད་པ་ནི་འགའ་ཡང་མཐོང་བ་མེད་དེ། རང་ཉིད་ལ་རང་གིས་  
 བྱེད་པ་འཇུག་པ་འགལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་  
 ལ་མཉམ་པར་བཞག་པ་ནི་དེའི་ཆེ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་ས་བོན་དང་བྲལ་  
 བའམ། ས་བོན་དེ་དག་དངོས་པོ་མེད་པར་གྱུར་པ་ཉིད་གནས་གྱུར་པ་ཡིན་ནོ་སྙམ་ན།  
 དེ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གལ་ཏེ་དེའི་ཆེ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་ས་བོན་ཡོད་  
 ན་དེ་དང་བྲལ་བའམ། དེ་དངོས་པོ་མེད་པར་གྱུར་པར་རིགས་ན་ཡང་། གང་གི་ཆེ་  
 གཉེན་པོ་མངོན་དུ་གྱུར་པ་དེའི་ཆེ་ས་བོན་གྱི་གནས་མེད་པས་ས་བོན་ཡང་མེད་ལ་  
 དེའི་ཕྱིར་ས་བོན་དང་བྲལ་བའམ། ས་བོན་དངོས་པོ་མེད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་  
 རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དགག་བྱ་མེད་པ་ལ་དགག་པའི་ཐ་སྙད་འཇུག་པ་མི་རིགས་  
 པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་བོང་བུའི་རྩ་གཅད་དུ་མེད་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་དག་གིས་བསྟན་  
 བཅོས་ལ་གྲགས་པའི་རིགས་པ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

བསྟན་བཅོས་དང་འཇིག་རྟེན་གཉིས་ཀ་ལ་གྲགས་པའི་རིགས་པའི་  
 དབང་དུ་བྱས་ནས་རྣམ་པར་གཏན་ལ་དབབ་པ་བསྟུ་བ་ལས། ལེན་པ་དང་པོ་  
 གསལ་བ་དང་། །ས་བོན་ལས་དང་ལུས་ཆེར་དང་། །སེམས་མེད་རྟག་པར་འཇུག་  
 པ་དང་། དེ་བཞིན་འཆི་འཕོ་མི་རུང་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། དེ་ལ་འདིའི་མདོར་  
 བསྟུས་པའི་དོན་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། གལ་ཏེ་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མེད་ན།

ལུས་ལེན་པ་མི་སྤྱིད་པ་དང་། གསལ་བར་འཇུག་པ་མི་སྤྱིད་པ་དང་། དང་པོར་  
 འཇུག་པ་མི་སྤྱིད་པ་དང་། ས་བོན་མི་སྤྱིད་པ་དང་། ལས་མི་སྤྱིད་པ་དང་། ལུས་ཀྱི་  
 ཚོར་བ་མི་སྤྱིད་པ་དང་། སེམས་མེད་པའི་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་མི་སྤྱིད་པ་དང་། རྣམ་  
 བར་ཤེས་པ་འཆི་འཕོ་བ་མི་སྤྱིད་པ་ལ་སོགས་པའི་ཉེས་པར་འགྱུར་ན་དེ་ཡང་མི་  
 རུང་བས་དེའི་ཕྱིར་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡོད་པར་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱའོ། །དེ་  
 ལ་ལུས་ལེན་པ་མི་རུང་བ་དང་། ས་བོན་མི་རུང་བ་དང་། འཆི་འཕོ་བ་མི་རུང་བ་  
 གསུམ་ནི་སྒྲར་རྒྱས་པར་བཤད་ཟིན་པའི་ཕྱིར་ཡང་མི་སྟོའོ། །

གལ་ཏེ་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡོད་ན་དེའི་ཕྱིར་རེས་འགའ་འཇུག་  
 ཤེས་དག་ཀྱང་འབྱུང་བས་སེམས་གཉིས་ཅིག་ཅར་འབྱུང་བར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེ་  
 ནི་ཉེས་པ་མེད་པ་ལ་ཉེས་པར་སེམས་ཏེ། གང་གིས་ཆོ་ཡུལ་ལྔ་ཅིག་ཅར་ཉེ་བར་  
 ཡོད་ཅིང་དབང་པོ་ལྔ་ཡང་མ་ཉམས་པར་ཡོད་ལ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ཡང་ཡུལ་ཀུན་ལ་  
 མཆུངས་པར་གནས་པ་དེའི་ཆོ། སེམས་གཉིས་གཅིག་ཅར་མི་འབྱུང་ན། གང་ཡང་  
 རུང་བ་གཅིག་དང་པོར་སྟེ་བར་རིགས་ན། དེ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡུལ་  
 དང་དབང་པོ་དང་། ཡིད་ལ་བྱེད་པ་རྣམས་རྣམས་པ་མཐུ་ཅན་དུ་ཉེ་བར་གནས་པ་ལ་  
 བྱེ་བྲག་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། རྒྱ་ཅིག་ཅར་ཉེ་བ་ལ་འབྲས་བུ་རིམ་གྱིས་འབྱུང་བ་མི་  
 འཐད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཉིས་ཅིག་ཅར་མི་འབྱུང་ན། ཡུལ་  
 གསལ་བར་འཇིན་པའི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མི་སྤྱིད་པར་འགྱུར་ཏེ་འདི་ལྟར།  
 ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཡུལ་ནི་བཞི་སྟེ། དུས་གསུམ་དང་། འདུས་མ་བྱས་སོ། །



དེ་ལ་འདས་པ་དང་། མ་འོངས་པ་དང་། འདུས་མ་བྱས་ལ་ཉེ་བར་རྟོགས་པའི་ཡིད་  
 གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་ཡུལ་དངོས་པོར་མེད་པའི་སྤྱིར་གསལ་བར་འཛིན་པ་རུང་བ་  
 མ་ཡིན་ནོ། །དུ་བ་ལ་སོགས་པའི་རྟགས་ལ་རྟོན་ནས་ད་ལྟར་གྱི་ཡུལ་ལ་རྟོག་པ་  
 གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་ཡུལ་སྒྲིག་དུ་གྱུར་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་དབང་པོའི་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་དང་ཡུལ་གཅིག་ལ་ལྷན་ཅིག་དུ་འབྱུག་པའི་ཡིད་གྱི་ཤེས་པ་  
 འགའ་ཞིག་ཡོད་ན་དེའི་ཆེ་མངོན་དུ་གྱུར་པའི་ཡུལ་ལ་ཉེ་བར་སྦྱོང་པ་ཉིད་གྱིས་  
 གསལ་བར་འཛིན་པ་རིགས་ན། སེམས་གཉིས་ཅིག་ཅར་མི་འབྱུང་ན། དབང་པོའི་  
 ཤེས་པ་དང་ལྷན་ཅིག་འབྱུང་བའི་ཡིད་གྱི་ཤེས་པ་མི་སྤྱིད་པས་དེའི་སྤྱིར་ཡུལ་  
 གསལ་བར་འཛིན་པའི་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མི་རུང་བ་ཡིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་རྣམ་ཤེས་དུ་མ་ཅིག་ཅར་མི་འབྱུང་ན་ལས་བཞིའི་རྣམ་པར་  
 རིགས་པ་ཅིག་ཅར་འབྱུང་བ་མི་སྤྱིད་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལ་ལས་ནི་བཞི་སྟེ། མྱོང་  
 གྱི་རྣམ་པར་རིག་པ་དང་། གནས་གྱི་རྣམ་པར་རིག་པ་དང་། བདག་གོ་སྒྲུལ་པའི་  
 རྣམ་པར་རིག་པ་དང་། ཡུལ་གྱི་རྣམ་པར་རིག་པ་ལོ། །དང་པོ་ནི་རི་ཁང་བྱིམ་སོགས་  
 སྤྱ་སྤྱང་བལོ། །

གཉིས་པ་ནི་མིག་ལ་སོགས་པ་དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་སྤྱང་བ་སྟེ། དེ་དག་  
 ནི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལོ། །གསུམ་པ་ནི་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིན་ནོ། །  
 བཞི་པ་ནི་དབང་པོའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལོ། །རྣམ་པར་རིག་པ་བཞི་པོ་འདི་དག་ནི་  
 སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་ལ་ཅིག་ཅར་འབྱུང་བར་དམིགས་ཏེ་འདི་ལྟར་རྣམ་རིག་བཞི་པོ་

འདི་དག་ལས་གང་ཡང་རུང་བ་གཅིག་མེད་ན་ཡང་ལུས་ཅན་གྱི་བྱ་བ་འགྲོ་བ་དང་  
 འཆག་བ་ལ་སོགས་པ་འགྲུབ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་སྒྲོད་གྱི་རྣམ་པར་རིག་པ་  
 མེད་ན་གང་ལ་འགྲོ་བའི་ལམ་དང་སྤང་ལ་སོགས་པར་སྤང་བ་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །  
 གནས་གྱི་རྣམ་པར་རིག་པ་མེད་ན་གང་གིས་འགྲོ་བའི་རྒྱུ་བ་འདེགས་པ་དང་  
 འཛོག་པ་ལ་སོགས་པའི་སྤང་བ་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །ངའོ་སྒྲུམ་པའི་རྣམ་རིག་མེད་ན།  
 འགྲོ་བ་པོ་གང་ཡིན་པ་དེའི་སྤང་བ་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །ཡུལ་གྱི་རྣམ་པར་རིག་པ་  
 མེད་ན། འགྲོ་བའི་བྱ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་གྱི་རྣམ་པར་རིག་པ་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །  
 རྣམ་པར་རིག་པ་བཞི་པོ་འདི་དག་ལས་གང་ཡང་རུང་བ་གཅིག་མེད་ན་ཡང་འགྲོ་  
 བའི་བྱ་བ་རྫོགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འགྲོ་བ་པོར་སྤང་བ་མེད་ན་བྱེད་པ་པོ་མེད་པའི་  
 ཕྱིར་འགྲོ་བའི་བྱ་བ་རྫོགས་པར་མི་རུང་ངོ་། །

དེ་བཞིན་དུ་གང་ལ་འགྲོ་བའི་ལས་དང་། གང་གིས་འགྲོ་བའི་བྱེད་པ་དང་།  
 འགྲོ་བའི་ངོ་བོ་གང་ཡིན་པའི་བྱ་བ་རྣམས་ཀྱི་སྤང་བ་མེད་པར་ཡང་དེ་དང་དེ་རྣམས་  
 ཡོད་པ་མ་ཡིན་པས་དེའི་ཕྱིར་འགྲོ་བའི་བྱ་བ་རྫོགས་པར་མི་འབྲལ་དོ། །ལས་འདི་  
 དག་གིན་ཏུ་ཐ་དད་པའི་ཕྱིར་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཅིག་གི་སྒྲིབ་ཅིག་ལ་སྤང་བར་ཡང་  
 རུང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མེད་ན། ཡིད་གྱི་རྣམ་  
 པར་ཤེས་པ་ཚུལ་བཞིན་ནམ། ཚུལ་བཞིན་མ་ཡིན་པ་ལ་སོགས་པ་ཡུལ་གཞན་ལ་  
 རྣམ་པར་རྟོག་པའི་ཆོ་ལུས་ཀྱི་ཆོར་བ་བདེ་བ་འམ་སྤྲུག་བསྐྱེད་ལ་སོགས་པ་རྣམ་པ་  
 སྤྲོ་ཆོགས་མི་འབྱུང་བར་འགྱུར་ཏེ། ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡུལ་གཞན་ལ་རྣམ་

པར་གཡེངས་པའི་ཕྱིར་དང་། ཆོར་བ་དེ་དག་འབྱུང་བའི་གནས་སུ་གྱུར་པའི་ཤེས་  
 པ་གཞན་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདོད་པར་རིགས་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། མཛེ་ཅན་ལ་  
 སོགས་པ་དག་ལ་ཡིད་ཡུལ་གཞན་ལ་རྣམ་པར་གཡེངས་པའི་གནས་སྐབས་ན་ཡང་  
 ལུས་ཀྱི་ཆོར་བ་རྣམ་པ་སྣ་ཆོགས་འབྱུང་བར་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་ཡང་  
 ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མེད་ན། སེམས་མེད་པའི་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་ཡང་  
 མི་རུང་སྟེ། །འདི་ལྟར་འདུ་ཤེས་མེད་པའམ། འགོག་པ་ལ་སྟོམས་པར་ཞུགས་པའི་  
 ཆེ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལུས་དང་བྲལ་བ་ནི་ཤི་བ་ལོན་པར་འགྱུར་ཏེ། འཇུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་  
 པ་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། དེ་ལས་གཞན་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཁས་མི་ལེན་པའི་ཕྱིར།  
 དེའི་ཆེ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་བྲལ་བ་ནི་ཤི་བ་ལོན་པར་འགྱུར་ན། དེ་ཡང་རིགས་པ་མ་  
 ཡིན་ཏེ་བཙོམ་ལུན་འདས་ཀྱིས་ངེས་སྟོན་དུ། དེའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་ལུས་དང་བྲལ་  
 བ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། ། དེ་ལྟར་ན་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
 རྒྱབ་པར་བྱེད་པའི་ལུང་དང་རིགས་པ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

ད་ནི་དེའི་རབ་རྩ་དབྱེ་བ་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། །དེ་ཡང་མདོར་རྣམ་པ་གསུམ་  
 རྩ་དབྱེ་བ་དང་བཞིར་དབྱེ་བའོ། །དང་པོ་ནི་བག་ཆགས་གསུམ་གྱི་བྱེ་བྲག་གི་རྣམ་  
 པ་གསུམ་སྟེ། འདི་ལྟར། མངོན་པར་བརྗོད་པའི་བག་ཆགས་དང་། །སྤྲིད་པ་ཡན་  
 ལག་གི་བག་ཆགས་དང་། །བདག་རྩ་ལྟ་བུའི་བག་ཆགས་སོ། །དང་པོ་ནི་སྤྲོས་པའི་  
 བག་ཆགས་ཞེས་ཀྱང་བྱ་སྟེ། གང་ལས་ཆོས་དང་གང་ཟག་གི་ཐ་སྙད་དང་མངོན་  
 པར་བརྗོད་པ་སྣ་ཆོགས་འབྱུང་བའི་ས་བོན་ནོ། །



གཉིས་པ་ནི་ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་ཞེས་ཀྱང་བྱ་སྟེ། གང་ལས་བདེ་འགྲོ་  
དང་ངན་འགྲོའི་སྒྲེ་བ་རྣམ་པ་སྣ་ཆོག་ས་འབྱུང་བ་གང་ཡིན་པའོ། །གསུམ་པ་ནི་གང་  
ལས་ང་དང་ངར་འཛིན་པ་འབྱུང་བའི་ས་བོན་ནོ། །

རྣམ་པ་བཞིར་དབྱེ་བ་ནི། འཕེན་པས་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་དང་། རྣམ་པར་སྒྲིན་  
པས་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་དང་། རྒྱ་ཉིད་གྱིས་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་དང་། མཆོན་ཉིད་གྱིས་རབ་  
ཏུ་དབྱེ་བའོ། །དང་པོ་ནི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་བག་ཆགས་གསར་དུ་སྒྲོས་པ་སྟེ། དེ་  
མེད་དུ་ཟེན་ན་འདུ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུན་གྱིས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་ལེན་པའི་རྒྱུན་གྱིས་སྤྱིད་  
པ་མི་རུང་སྟེ། རྒྱ་མཆོན་སྒྲར་ལས་ཀྱི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་མི་རུང་བར་བཤད་པ་  
བཞིན་ནོ། །གཉིས་པ་ནི་སྤྱིད་པའི་རྒྱུན་གྱིས་སྒྲེ་གནས་སུ་ཉིང་མཆོས་སྒྲུབ་ཟེན་  
པའི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་གང་ཡིན་པ་སྟེ། དེ་མེད་དུ་ཟེན་ན་ས་བོན་མེད་པས་ཡང་  
འབྱུང་བའི་ཆོས་རྣམས་སྒྲེ་བར་མི་རུང་ངོ་། །གསུམ་པ་ནི་དེ་ཉིད་ལ་ཡིད་གྱིས་  
བདག་ཏུ་འཛིན་པའི་རྒྱ་ཉིད་དོ། །དེ་མེད་དུ་ཟེན་ན་ཡིད་ཀྱི་བདག་ཏུ་འཛིན་པའི་  
དམིགས་པ་མི་རུང་ངོ་། །མཆོན་ཉིད་གྱིས་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་ནི་ཐུན་མོང་གི་མཆོན་ཉིད་  
དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མཆོན་ཉིད་དང་། ཆོར་བ་མེད་པར་འབྱུང་བའི་མཆོན་  
ཉིད་དང་། ཆོར་བ་དང་བཅས་པར་འབྱུང་བའི་མཆོན་ཉིད་དོ། །དང་པོ་ནི་སྤྱོད་ཀྱི་  
འཛིག་རྟེན་གྱིས་ས་བོན་གང་ཡིན་པ་དེ། དེ་ནི་སྒྲེ་བོ་ཀུན་གྱིས་ཐུན་མོང་དུ་ལོངས་  
སྤྱོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་ནང་གི་སྒྲེ་མཆོད་རྣམས་ཀྱི་ས་བོན་ཏེ། དེ་ནི་སོ་སོ་རང་གི་རྒྱུད་

གྱིས་བསྐྱུས་པས་གཞན་དང་ཐུན་མོང་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྟོན་གྱི་འཛིག་རྟེན་  
ནི་སེམས་གྱིས་མ་བྱིན་པས་དེ་གང་ལས་འབྱུང་བའི་ས་བོན་ཆོར་བ་མེད་པར་འབྱུང་  
བའི་ས་བོན་ཡིན་ནོ། །ནང་གི་སྒྲེ་མཆེད་རྣམས་ནི་སེམས་གྱིས་བྱིན་པ་ཉིད་གྱིས། དེ་  
དག་གི་ས་བོན་ནི་ཆོར་བ་དང་བཅས་པར་འབྱུང་བའི་ས་བོན་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་ཐུན་  
མོང་མ་ཡིན་པའི་ས་བོན་གང་ཡིན་པ་ནི་གཉེན་པོ་འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་  
སྒྲེས་པ་ན་ལྟོག་པར་འབྱུང་རོ། །ཐུན་མོང་གི་ས་བོན་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་སྟོན་བ་མ་  
ཡིན་ཏེ། གཞན་གྱི་རྣམ་པར་རྟོག་པས་ཡོངས་སུ་བྱིན་པས་སྤངས་པར་མི་རུས་པའི་  
ཕྱིར། དེའི་ཕྱིར་དེ་ནི་གཉེན་པོས་སྤང་བར་དཀའ་ཞིང་། ཡོངས་སུ་ཤེས་པར་བྱ་བ་  
དཀའ་བ་ཡིན་ནོ། །འོན་ཀྱང་སེམས་ལ་དབང་བོ་བ་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་དག་ལ་སྤྱི་  
རོལ་སྟོན་གྱི་སྤང་བ་མ་འགགས་ཀྱང་། དེ་དག་ལ་མཐོང་བ་རྣམ་པར་དག་པར་  
འབྱུང་ཏེ། ཕྱི་རོལ་གྱི་སྟོན་རྣམས་སེམས་ལ་དབང་བོ་བ་པ་རྣམས་གྱིས་གསེར་  
དངུལ་དང་། ཀ་མ་མཁའ་ལ་སོགས་པ་ཇི་ལྟར་མོས་པ་བྱས་པ་དེ་ལྟར་དུ་འབྱུང་བའི་  
ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་གང་དག་གྱིས་པའི་སྒྲེ་བོ་རྣམས་ལ་ཆེར་མ་དང་སྟོང་དུ་མ་ལ་  
སོགས་པར་སྤང་བ་གང་ཡིན་པའི་སྟོན་འདི་དག །སངས་རྒྱས་རྣམས་ལ་ཐེ་རྒྱུའི་  
ས་གཞི་ལ་གསེར་གྱི་མིག་མངས་རིས་སུ་བྱིས་པ་ལ་སོགས་པ་དག་པའི་ཞིང་ཁམས་  
ཁོ་ནར་སྤང་བ་ཡིན་ནོ། །དོན་དེ་དག་ཆོགས་སུ་གཅད་དེ་གསུངས་པ། ཐུན་མོང་  
འཆིང་བ་སྤང་དཀའ་དང་། །ཡོངས་སུ་ཤེས་བྱ་དཀའ་བར་འདོད། །ཕྱི་རོལ་མཆོན་  
མ་ཆེན་པོ་ལས། །རྣལ་འབྱོར་སྟོན་པའི་ཐ་སྟོན་སེམས། །དེ་ན་འགགས་པར་མ་

གྱུར་ཀྱང་། །དག་པ་རྣམས་ཀྱི་མཐོང་བ་དག །སངས་རྒྱས་གཟིགས་པ་རྣམ་དག་  
 བྱིར། །སངས་རྒྱས་ཞིང་ནི་རྣམ་པར་དག །ཅེས་པ་ཡིན་ཅོ་དེ་ལྟར་ན་ཉན་ཐོས་དང་  
 རང་སངས་རྒྱས་དག་གིས་ནི། ཟད་པར་གྱི་ཉིང་དེ་འཛིན་ཐོབ་པས་མཐོང་བ་རྣམ་  
 པར་དག་པ་ཙམ་དུ་འགྱུར་གྱི་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་མ་སྤངས་པའི་བྱིར་ཞིང་རྣམ་པར་  
 དག་པར་འགྱུར་བ་ནི་མ་ཡིན་ཅོ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་ས་བརྒྱད་  
 པ་ནས་ཐུན་མོང་གི་ས་བོན་ལ་དབང་འབྱོར་པ་ཐོབ་པས་སྤྲིད་གྱི་འཇིག་རྟེན་རང་རི་  
 ལྟར་འདོད་པ་ལྟར་གྱི་ཞིང་དུ་སྐྱུར་བར་རྣམས་པའི་བྱིར། ཞིང་དག་པ་ལ་དབང་ཐོབ་  
 པ་ཡིན་ཅོ། །ཐུན་མོང་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ས་བོན་འདི་དག་མེད་ན། སྤྲོད་གྱི་  
 འཇིག་རྟེན་དང་། སེམས་ཅན་གྱི་འཇིག་རྟེན་གྱི་བྱེ་བྲག་མི་རུང་ངོ། །ཡང་གནས་  
 ངན་ལེན་གྱི་མཆན་ཉིད་དང་། ཤིན་ཏུ་སྤངས་པའི་མཆན་ཉིད་དོ། །དང་པོ་ནི་ཉན་  
 མོངས་པ་དང་། ཉེ་བའི་ཉན་མོངས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ས་བོན་ཅོ། །གཉིས་པ་ནི་དགེ་བ་  
 ཟག་བཅས་རྣམས་ཀྱི་ས་བོན་ཡིན་ཅོ། །ཡང་དབྱུང་ཟིན་པ་དང་། དབྱུང་མ་ཟིན་  
 པའི་མཆན་ཉིད་དོ། །དང་པོ་དགེ་བ་བ་དང་མི་དགེ་བའི་བག་ཆགས་རྣམ་པར་སྒྲིན་  
 པར་སྒྲིན་ཕྱང་ཟིན་པ་རྣམས་ཏེ། དེ་མེད་ན་དགེ་བའམ་མི་དགེ་བའི་ལས་གཅིག་གི་  
 རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་ཡང་མཐར་གཏུགས་པར་མི་འགྱུར་ངོ། །

གཉིས་པ་ནི་མདོན་པར་བརྗོད་པའི་བག་ཆགས་ཏེ། དེའི་འབྲས་བུ་ནི་དབྱུང་  
 ཟིན་པ་འབྲད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། མདོན་པར་བརྗོད་པའི་བག་ཆགས་ལས་ནི་མདོན་པར་  
 བརྗོད་པ་གཞན་སྟེ་ལ་དེས་ཀྱང་བྱི་མ་ལ་མདོན་པར་བརྗོད་པ་གཞན་འབྱུང་བའི་



བག་ཆགས་འཛོག་པར་བྱེད་པས་ཕྱི་མ་མཐའ་ཐུག་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །སེམས་  
བཤད་ཟིན་ཏོ། །

ད་ནི་ཡིད་བཤད་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་ཡིད་ནི་གཉིས་ཏེ། ངར་སེམས་པའི་  
ཡིད་དང་། དེ་མ་ཐག་པའི་རྒྱུན་བྱེད་པའི་ཡིད་དོ། །དང་པོའི་དབང་དུ་བྱས་ནས།  
ཡིད་གང་ཞེ་ན་ཞེས་སྟོས་ཏེ། འདི་ནི་རེས་པའི་ཆོག་དང་། དམིགས་པ་དང་།  
གྲོགས་དང་། འབྲུང་བའི་དུས་དང་། སྐབ་བྱེད་ཀྱི་རིགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཤེས་པར་  
བྱའོ། །དེ་ལ་རེས་པའི་ཆོག་ནི་ཤེས་པ་གང་དུས་རྟག་ཏུ་ངར་རྩོམ་སེམས་པའི་བདག་  
ཉིད་ཅན་ཡིན་པས་དེའི་ཕྱིར་ཡིད་ཅེས་བྱའོ། །དམིགས་པ་གང་ལ་དམིགས་ནས་ཞེ་ན།  
ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམ་སྟོན་གྱི་རང་བཞིན་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་དམིགས་  
ནས་སོ། །ཇི་ལྟར་ན་འདིས་དེ་ལ་དམིགས་ཞེ་ན། ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་  
དབང་གིས་འདི་དག་གིས་རྣམ་པར་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་ཏེ། བདག་ལ་དམིགས་པ་ཡིན་གྱི་  
དངོས་སུ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཀུན་གཞིའི་དབང་ཁོ་ནས་འདི་བདག་གི་རྣམ་  
པར་སྐྱེ་བ་ཡིན་ཞེ་ན། ཀུན་གཞིའི་ཉིད་ཀྱིས་ལུས་ལེན་པ་དང་གནས་པ་ལ་སོགས་  
པ་བྱེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་བདག་དང་ཆོས་མཐུན་པའི་ཕྱིར་རམ་ཡང་ན་འཇུག་པའི་རྣམ་  
པར་ཤེས་པ་མཚུངས་ལྡན་དང་བཅས་པ་ནི་འདིའི་དམིགས་པར་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
དེ་དག་རྣམས་ནི་རེས་འགའ་རྒྱད་ཆད་པའི་ཕྱིར་དང་། འདི་ནི་རྟག་ཏུ་འབྲུང་བས་  
དམིགས་པ་རྒྱུན་ཆད་པ་མི་རུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་རྣམས་  
ཀྱང་འདིའི་དམིགས་པར་རུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། གཟུགས་མེད་པའི་ཁམས་ན་འདིའི་

དམིགས་པ་མེད་པར་བལ་བར་འགྱུར་བའི་བྱིར་རོ། །བྱི་རོ་ལ་དག་ལ་ནི་འགའ་ཡང་  
བདག་དང་བདག་གིར་འཛིན་པ་མེད་པའི་བྱིར། འདིའི་དམིགས་པར་རུང་བ་མ་  
ཡིན་ནོ། །ཅི་སྟེ་སེམས་དང་བཅས་པའི་གནས་སྐབས་ན་འདུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་  
པ་རྣམས་ལ་དམིགས་ལ། སེམས་མེད་པའི་ཆེ་དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་དག་ལ་  
དམིགས་སོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་ན་འདི་དམིགས་པ་ལ་རེས་འཛིན་ཏུ་དམིགས་པའི་བྱིར་  
ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་བཞིན་དུ་རྒྱན་མི་བརྟན་པ་ཁོ་ནར་འགྱུར་བས་དེ་ཡང་རུང་  
བ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་འདིའི་དམིགས་པར་འབྲད་པ་གཞན་མེད་པས་དེའི་བྱིར་  
ཀུན་གཞི་ཉིད་འདིའི་དམིགས་པར་བཞག་པ་ཡིན་ནོ། །འདིའི་གྲོགས་ནི་བྱུང་མོང་  
དང་བྱུང་མོང་མ་ཡིན་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི་ཆོར་བ་ལ་སོགས་པ་ཀུན་དུ་འགྲོ་  
བ་ལྟ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ནི་སྐྱབས་ལ་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པའི་ཉོན་མོངས་པ་བཞི་པོ་དག་  
དང་མཚུངས་པར་ལྟན་ནོ། །དེ་དག་ཀྱང་གང་ཞེ་ན། ཀུན་གཞི་ལ་བདག་ཏུ་ལྟ་བར་  
བྱེད་པའི་འཛིན་ཆོགས་ལ་ལྟ་བ་དང་། དེས་བབྱང་བའི་བདག་ལ་མི་འབྲལ་བར་  
འདོད་པའི་རྗེས་སུ་ཆགས་པ་དང་། རའོ་སྟམ་དུ་བདག་ །དེས་སེམས་ཁེངས་པའི་ང་  
རྒྱལ་དང་། གང་གིས་བདག་ཏུ་ཚྭོངས་པར་བྱེད་པའི་མ་རིག་པ་རྣམས་ཡིན་ནོ། །  
ཅིའི་བྱིར་ཉོན་མོངས་པ་བཞི་པོ་འདི་དག་ལྟན་ཞེ་ན། གལ་ཏེ་འདི་ལ་བདག་ཏུ་ལྟ་བ་  
མེད་ན་ངར་སེམས་པ་མེད་པས་དེའི་བྱིར་འདི་ལ་ཡིད་ཀྱི་སྒྲ་འདུག་པ་མི་འབྲད་དོ། །  
དེས་ན་འདི་ལ་བདག་ཏུ་ལྟ་བ་གྲོགས་སུ་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །བདག་ཏུ་ཚྭོངས་པ་མེད་

པར་ཡོངས་སུ་ཡང་བདག་ཏུ་ལྟ་བུ་མེད་པའི་བྱིར་འདི་ལ་མ་རིག་པ་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །  
 བདག་ཏུ་འཛིན་པ་ཡོད་ན་བདག་ལ་ཆགས་པ་གཏོན་མི་ཟ་བར་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བ་  
 ཡིན་ཏེ། དགྲ་བཙུམས་པ་ལ་སོགས་པ་གང་ལ་བདག་ཏུ་ཆགས་པ་མེད་པ་དེ་དག་ལ་  
 བདག་ཏུ་འཛིན་པ་ཡང་མེད་ལ། བདག་ཅག་ལྟ་བུ་གང་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་དམིགས་པ།  
 དེ་དག་ལ་བདག་ཏུ་ཆགས་པ་ཡང་མཐོང་བའི་བྱིར་རོ། །ཇི་སྐད་དུ། ང་ཞེས་མཐོང་བ་  
 མེད་པར་ནི། །འགའ་ཡང་བདག་ལ་ཆགས་མ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །  
 དེའི་བྱིར་བདག་ལ་ཆགས་པ་ཡང་ཡོད་པ་ཉིད་དོ། །བདག་ཏུ་ལྟ་བུ་ཡོད་ན་ངའོ་སྟུམ་  
 པ་སྐྱེ་བ་ཆོས་ཉིད་ཡིན་ཏེ་ངའོ་སྟུམ་པའི་སྒོ་མེད་པར་འགའ་ལ་ཡང་བདག་ཏུ་ལྟ་བུ་  
 མ་མཐོང་བའི་བྱིར་རོ། །དེའི་བྱིར་ང་རྒྱལ་ཡང་ཡོད་པ་ཉིད་དོ། །རིགས་པའི་དབང་  
 ལྷག་ནི། བདག་ཏུ་ལྟ་བུ་བ་དང་། ངའོ་སྟུམ་པ་དང་། བདག་ཏུ་མྱོངས་པ་རྣམས་དོན་  
 གཅིག་ཅིང་། དེ་དག་ལས་བདག་ལ་ཆགས་པ་སྐྱེ་བར་བཞེད་དོ། །ཇི་སྐད་དུ། ཉེས་  
 ཀུན་དེའི་རྩ་བ་ཅན། །དེ་ཡང་འཇིག་ཚོགས་ལྟ་བུ་ཡིན། །དེ་མ་རིག་དེར་དེ་ལ་  
 ཆགས། །ཞེས་དང་། བདེ་བར་གྱུར་པའམ་སྤྱག་བསྐྱེལ་བར། །མ་གྱུར་ཅིག་ཅིས་  
 འདོད་པ་ན། །ངའོ་སྟུམ་པའི་སྒོ་གང་དེ། །སེམས་ཅན་ལ་ལྟ་ལྟན་ཅིག་སྐྱེས། །ཞེས་  
 གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་ན་བྱན་མོང་བ་ལྟ་དང་བྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་གྲོགས་བཞི་སྟེ།  
 འདིའི་སེམས་ལས་བྱུང་བ་དགུ་ཁོ་ནར་ངས་པ་ཡིན་ནོ། །ཡུལ་ངས་པ་ལྟ་ནི་མི་  
 འབྱུང་སྟེ་འདི་ལྟར་འདུན་པ་ནི་གསུམ་སྟེ། དོན་དུ་གཉིས་བ་དང་། སྤང་བར་འདོད་



པ་དང་། མི་འབྲལ་བར་འདོད་པའོ། །དེ་ལ་དང་པོ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་ཡུལ་རིང་བ་  
 ལ་དམིགས་པ་ཡིན། ཡིད་ནི་ཉེ་བ་ལ་དམིགས་པའི་བྱིར་རོ། །མ་བྲལ་བའི་རྣམ་  
 བར་སྒྲུང་བའི་བྱིར་བྲད་པར་འདོད་པའི་འདུན་པ་དང་ཡང་མ་ཡིན་ལ། མི་འབྲལ་  
 བར་འདོད་པའི་འདུན་པ་དང་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་བྲལ་བར་དོགས་པ་དང་བཅས་  
 པ་ཡིན་ལ་ཡིད་ལ་དེ་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །མོས་པ་ཡང་མི་འབྲུང་སྟེ། རེས་པའི་  
 བདག་ཉིད་མོས་པ་ནི་གེ་ཚམ་ཆད་པ་སྟོན་དུ་སོང་བ་ཡིན་ན། ཡིད་ནི་རྟག་ཏུ་ངོ་བོ་  
 གཅིག་ཏུ་འཇུག་པ་ཉིད་ཀྱིས་གེ་ཚམ་མི་སྲིད་པའི་བྱིར་རོ། །དྲན་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ།  
 དེ་ནི་སྒྲུང་སྟོང་བའི་ཡུལ་ལ་དམིགས་པ་ཡིན་ལ། ཡིད་ནི་སྟོན་མེད་པའི་རྗེས་ལ་  
 དམིགས་པའི་བྱིར་རོ། །ཏིང་ངེ་འཛིན་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། གང་ལ་སྒྲུང་སེམས་རྣམ་  
 བར་གཡེངས་པ་ལས། བྱིས་དམིགས་པ་གཅིག་ལ་སེམས་ཀྱི་སེམས་མཉམ་པར་  
 འཛིག་པ་དེ་ལ་ཏིང་ངེ་འཛིན་ཡོད་ན། ཡིད་ནི་དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ཏེ། དམིགས་པ་ལ་  
 རེས་འཛིག་མེད་པར་རྟག་ཏུ་ངོ་བོ་གཅིག་ཏུ་འཇུག་པའི་བྱིར་རོ། །བདག་ཏུ་ལྟ་བ་  
 ལས་གཞན་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱང་མེད་དེ། ཤེས་རབ་ཀྱི་རྗེས་གཉིས་མཚུངས་པར་མི་  
 ལྟན་པའི་བྱིར་རོ། །ཉོན་མོངས་པ་དག་ལས་གེ་ཚམ་དང་ལོག་ལྟ་གཉིས་ནི་ཀུན་  
 བརྟག་པ་ཡིན་ལ། ཡིད་ནི་ལྟན་ཅིག་སྐྱེས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་མེད་དོ། །ཁྲོ་བ་ལ་  
 སོགས་པའི་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ནི་འདོད་པའི་ཁམས་ན་མི་དགེ་བ་ཁོ་ན་  
 ཡིན་ལ་ཡིད་ནི་ཁམས་གསུམ་ཀ་ན་ཡང་སྐྱབས་ལ་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་ཁོ་ན་ཡིན་  
 པས་དེའི་བྱིར། །དེ་དག་དང་མི་ལྟན་ནོ། །གཉིད་དང་འགྲོད་པ་ནི་ཁམས་གོང་མ་

དག་ན་མེད་པའི་བྱིར་མི་ལྟན་ལ། རྟོག་དཔྱོད་དག་ཀུན་ནས་སྒྲོང་བར་བྱེད་པ་ཉིད་  
 གྱིས་ཁ་བྱིར་རོལ་དུ་མངོན་པར་བྱོགས་པ་ཡིན་ལ། ཡིད་ནི་ཁ་ནང་དུ་ལྟས་པ་ཡིན་  
 བས་དེའི་བྱིར་མི་ལྟན་ནོ། །ཇི་སྐད་དུ་བཤད་པའི་མཆོན་ཉིད་ཅན་གྱི་ཡིད་དེ་ཡང་།  
 གནས་སྐབས་གསུམ་མ་གཏོགས་པར་སྦྱོན་པ་གཏོང་བ་ལ་སོགས་པ་དགེ་བ་དང་  
 སྒོག་གཅོད་པ་ལ་སོགས་པའི་མི་དགེ་བ་དང་། བཟོད་དང་སྦྱོད་ལམ་ལ་སོགས་པ་  
 ལུང་དུ་མ་བསྟན་པའི་གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་ཡིན་ཏེ། གནས་  
 སྐབས་དེ་དག་ཏུ་འདི་ལྟོག་པའི་རྒྱ་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །

འོ་ན་འདི་གནས་གང་དུ་ལྟོག་ཅི་ན། གསུམ་དུ་ལྟོག་ཏེ། འདི་ལྟར་འཇིག་  
 རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་མངོན་དུ་གྱུར་བཞིན་པའི་གནས་སྐབས་ན་མི་འབྱུང་སྟེ།  
 དེ་ནི་བདག་ཏུ་ལྟ་བའི་གཉིན་པོ་ཉིད་གྱིས་བདག་ལྟ་དང་ལྟན་ཅིག་འཇུག་པ་འགལ་  
 བའི་བྱིར་རོ། །འགོག་པའི་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་ལ་ཞུགས་པའི་གནས་སྐབས་ན་  
 ཡང་། མི་དེ། འགོག་པའི་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་ནི་ཉོན་ཡིད་བཀག་པས་འདུགེས་  
 མེད་པའི་སྟོམས་འཇུག་ལས་བྱུང་བར་འཕགས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་དག་ནི་  
 གནས་སྐབས་ལྟོག་པའི་དུས་ཏེ། འཕགས་ལམ་དང་སྟོམས་འཇུག་ལས་ལངས་མ་  
 ཐག་དུ་སྒྲུབ་ཡང་ཀུན་གཞི་ལ་ཡོད་པའི་བདག་ཏུ་ལྟ་བའི་ས་བོན་ལས་འབྱུང་བའི་  
 བྱིར་རོ། །མི་སྒྲོབ་པའི་ས་རྩེ་རྩེ་ལྟ་བུའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་འཇུག་ཐོགས་དང་། ཐེག་པ་  
 ཆེན་པོ་ལ་ས་བརྒྱད་པ་ཐོབ་ནས་མི་འབྱུང་སྟེ། གནས་སྐབས་དེ་དག་ཏུ་ཉོན་མོངས་  
 པའི་ས་བོན་མ་ལུས་པ་སྤངས་པའི་བྱིར་རོ། །འདི་ནི་མཐར་ཐུག་ལྟོག་པའི་དུས་

ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་འཕགས་པའི་ལམ་ལ་སྒྲོམས་པར་ཞུགས་པའི་ཆེ་ཡིད་མེད་ན་  
 ལྷན་ཅིག་འབྱུང་བའི་གནས་མེད་པའི་ཕྱིར་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཟག་མེད་ཀྱང་  
 མི་འབྱུང་བར་འགྱུར་ཞེ་ན། འདི་ལ་སྒྲོན་གྱི་སྒྲོབ་དཔོན་ཁ་ཅིག་ན་རེ། གང་གི་ཆེ་  
 འཕགས་པའི་ལམ་ལ་སྒྲོམས་པར་ཞུགས་པ་དེའི་ཆེ་ཡིད་རང་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་སྒྲོག་པ་  
 རི་མ་ཡིན་གྱི་འོན་ཀྱང་ཡིད་དང་མཚུངས་པར་ལྷན་པའི་ཉོན་མོངས་པ་བཞི་པོ་  
 རྣམས་སྒྲོག་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་ཡིད་ཟག་པ་མེད་པ་ཡོད་པས་ཉེས་པ་མེད་དོ་  
 ཞེས་ཟེར་རོ། །

གཞན་དག་ན་རེ་ཡིད་དེ་ལ་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། འདི་ལྟར། གང་ཟག་ཏུ་  
 སྒྲོ་འདོགས་པ་དང་། ཆོས་སུ་སྒྲོ་འདོགས་པ་བསྐྱེད་པའི་རྣམ་པའོ། །གང་གི་ཆེ་  
 འཕགས་པ་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་དག་ལམ་ལ་སྒྲོམས་པར་ཞུགས་པ་དེའི་  
 ཆེ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པ་མཐོང་བས་སྒྲོ་འདོགས་པ་དང་སྒྲོག་གི་གཉིས་པ་ནི་  
 མ་ཡིན་ཏེ། ཆོས་ལ་བདག་མེད་པ་མ་གཏོགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་ལ་  
 རི་ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་ཡིད་ཡོད་ལ་ཡིད་དེ་ནི་ཉོན་མོངས་པ་དག་དང་མཚུངས་  
 པར་མི་ལྷན་པའི་ཕྱིར་མ་སྒྲིབས་ལ་ལུང་དུ་མ་བསྐྱན་པ་ཡིན་གྱི། སྒྲིབས་པ་ནི་མ་  
 ཡིན་ནོ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་བདག་མེད་པ་གཉིས་ཀ་མཐོང་བས་  
 སྒྲོ་འདོགས་ཐམས་ཅད་སྒྲོག་པའི་ཕྱིར་ཟག་པ་མེད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །  
 ཕྱོགས་གཉིས་པ་འདི་ནི་ལེགས་པར་བཤད་པ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར། གལ་ཏེ་  
 འཕགས་པའི་ལམ་མངོན་དུ་བྱས་པ་དང་མི་སྒྲོབ་པ་དང་། དག་པའི་ས་རྣམས་སུ་



ཡིད་ཀྱིས་རྫས་ལྷོག་ན། ལྷན་ཅིག་འབྱུང་བའི་གནས་མེད་པས་གནས་སྐབས་དེ་  
 དག་དུ་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཟག་པ་དང་བཅས་པའམ། ཟག་པ་མེད་པ་གང་  
 ཡང་སྐྱེ་བར་མི་འགྱུར་བ་དང་། ལྷ་པོ་རྣམས་དང་འདྲ་བ་མེད་པའི་ཉེས་པ་རང་ཉིད་  
 ལ་ཡང་འཇུག་པ་དང་། ས་བརྒྱད་པ་ཡན་ཆད་ན་ཡིད་ཀྱི་རྫས་མེད་ན། ཡིད་དེ་ཉིད་  
 རོ་རྗེ་ལྷ་བུའི་མཇུག་ཐོགས་སུ་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་སུ་གནས་གྱུར་པ་མི་རུང་  
 བའི་ཕྱིར་རོ། །ཕྱོགས་དང་པོ་ལྷར་ན་གནས་སྐབས་དེ་གང་དུ་ཡིད་ཟག་པ་མེད་པ་  
 །ཁས་ལེན་ན་ཡང་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་དག་ལ་ཡང་ཡིད་གནས་མ་ལུས་པ་  
 གྱུར་པ་ཡོད་པར་བཤམ་བར་འགྱུར་རོ། །

དེའི་ཕྱིར་ཕྱོགས་གཉིས་པ་ཐོན་བཟང་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྷར་ན་ཀུན་གཞིའི་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་རྣམ་པར་སྤྲོན་པའི་རྣམ་ཤེས་དང་། མེ་ལོང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཚུལ་ཇི་  
 ལྷ་བ་དེ་བཞིན་དུ། ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་དང་། མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་དག་  
 ལ་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་ལྷ་བར་བྱའོ། །དེ་ལ་ཡིད་དེ་ཉིད་ཇི་སྤྱད་ཉོན་མོངས་པ་བཞི་པོ་  
 དེ་དག་དང་མཚུངས་པར་ལྷན་པ་དེ་སྤྱད་དུ་ཡིད་ཀྱང་ཡིན་ལ་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་  
 ཡང་ཡིན་ནོ། །གང་གི་ཉོན་མོངས་པ་བཞི་པོ་དེ་དག་དང་མཚུངས་པར་མི་ལྷན་པ་  
 དེའི་ཆེ་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཟག་པ་དང་བཅས་པའམ། ཟག་པ་མེད་པ་དག་  
 གིས་ལྷན་ཅིག་འབྱུང་བའི་གནས་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཡིད་ཡིན་གྱི་ཉོན་མོངས་ཅན་མ་  
 ཡིན་ནོ། །མཚུངས་ལྷན་གྱི་ཉོན་མོངས་པ་བཞི་པོ་དེ་ནམ་ལོག་པ་ན་ཉོན་མོངས་པ་  
 ཅན་གྱི་ཡིད་ལྷོག་གོ་ཞེས་པའི་བསྟན་ཐོབ་པ་ཡིན་ནོ། །གང་གི་ཆེ་ཡིད་དེ་ཉིད་ཉེས་

པའི་རྣམ་པ་མཐའ་དག་དང་བྲལ་བ་དེའི་ཆེ་ཡིད་གནས་གྱུར་བ་དང་། མཉམ་པ་  
 ཉིད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བྱ་སྒྲུབ་ཐོབ་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་བྱིས་པ་རྣམས་ཀྱི་ནི་ཉོན་མོངས་པ་  
 ཅན་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །ཉན་རང་གི་རིགས་ཅན་སློབ་པ་དག་གི་ལམ་ལ་མཉམ་པར་མ་  
 བཞག་པའི་ཆེ་ན་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །མཉམ་པར་བཞག་པའི་ཆེ་ན་  
 མ་སྒྲིབས་ལ་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་ཉོན་མོངས་ཅན་མ་ཡིན་གྱི་ཡིད་ཁོ་  
 ན་ཡིན་ནོ། །མི་སློབ་པའི་གནས་སྐབས་ན་ཡང་སྤྲ་མ་དང་འདྲ་བར་ཡིད་ཁོ་ན་ཡིན་  
 ལ་ལུང་པོ་ལྷག་མ་མེད་པའི་དབྱིངས་སུ་ནི་རྒྱན་འཆད་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་འཕགས་པའི་ལམ་ལ་མཉམ་པར་བཞག་  
 པའི་ཆེ་ན་ནི་གནས་གྱུར་བ་ཟག་པ་མེད་པའི་ཡིད་ཡིན་ནོ། །གང་གི་ཆེ་ལམ་ལས་  
 ལངས་པ་དེའི་ཆེ་ས་བདུན་པ་མན་ཆད་དུ་ནི་ཉོན་མོངས་པ་བཞི་དང་མཚུངས་ལྡན་  
 དུ་སྒྲིབས་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །ས་བརྒྱད་པ་ཡན་ཆད་དུ་ནི་ཉོན་  
 མོངས་པ་བཞི་དང་མཚུངས་ལྡན་དུ་མི་འབྱུང་བའི་བྱིར་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་མ་ཡིན་  
 མོད། ཆོས་སུ་མོངས་ཤིང་སྒྲོ་འདོགས་པ་ཕྱ་མོ་དག་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ་འཇུག་པའི་  
 བྱིར་གཅིག་ཏུ་དག་བའམ་ཟག་པ་མེད་པ་ཡང་མ་ཡིན་པས་མ་སྒྲིབས་ལ་ལུང་དུ་མ་  
 བསྟན་པའི་ཡིད་ཅེས་བྱའོ། །དེ་རྗེ་ལྷ་བུའི་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་འཇུག་ཐོགས་སུ་ནི།  
 གང་ཟག་དང་ཆོས་སུ་སྒྲོ་འདོགས་པའི་མཚན་མ་མཐའ་དག་དང་བྲལ་བས་ཉེས་པ་  
 མེད་ཅིང་། རང་གི་རང་བཞིན་རྣམ་པར་དག་ཅིང་འོད་གསལ་བ་འབའ་ཞིག་མངོན་  
 དུ་གྱུར་བ་ན་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཞེས་བྱ་ལ། དེ་ནི་འཁོར་བ་ཇི་སྤྱིད་དུ་རྒྱན་

རྗེས་སུ་འབྲེལ་པར་རང་གི་རང་གིས་འཇུག་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་ན་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་དང་བྱིར་མི་ལྷོག་པའི་ས་ལ་  
གནས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཡིད་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཆོས་སུ་སྒྲོ་འདོགས་པའི་རྣམ་པར་སྒྲེ་  
བའི་ལྟན་ཅིག་འབྱུང་བའི་གནས་བྱེད་པའི་བྱིར་གནས་གྱུར་པ་མ་ཡིན་ལ་དེའི་བྱིར་  
མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མིང་མི་འབྲོབ་བོ། །ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་འདི་  
གཏན་ལ་འབེབས་པའི་གཞུང་མདོར་བསྡུས་པ་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། ཇི་སྐད་དུ་སྤྲུམ་  
བཅུ་པ་ལས། དེ་ལྟག་གནས་ཏེ་རབ་འབྱུང་ཞིང་། །དེ་ལ་དམིགས་པ་ཡིད་ཅེས་བྱ། །  
རྣམ་ཤེས་རར་སེམས་བདག་ཉིད་ཅན། །སྒྲིབས་ལ་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པའི། །ཉོན་  
མོངས་བཞི་དང་རྟག་དུ་འགྲོགས། །བདག་དུ་ལྟ་དང་བདག་དུ་མོངས། །བདག་  
རྒྱལ་བདག་ཆགས་འདུ་ཤེས་པ། །གང་དུ་སྒྲེས་པ་དེའི་འོག་ཞན། །རེག་སོགས་གྱུང་  
དེ་དག་བཅོམ་མེད། །འགོག་པའི་སྒྲོམས་པར་འཇུག་ལ་མེད། །འཇིག་རྟེན་འདས་  
པའི་ལམ་ན་མེད། །འདི་ནི་གྱུར་པ་གཉིས་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

ད་ནི་སྒྲུབ་བྱེད་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། ཇི་སྐད་བཤད་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་གྱི་  
ཡིད་དེ་ཡོད་པར་ཅེས་མངོན་ཞེན། ལུང་དང་རིགས་པ་ལས་སོ། །དེ་ལ་རེ་ཞིག་ལུང་  
ནི་ལུང་ཕྱན་ཆོགས་ལས། ཉོན་མོངས་ཅན་ཡིད་རྟག་དུ་ནི། ཉོན་མོངས་ལྟན་ཅིག་སྒྲེ་  
ཞིང་འབྱུང་། །དེ་ནི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ལས། །མ་གྲོལ་གྲོལ་བར་མི་འགྱུར་རོ། །  
ཞེས་དང་། མདོ་གཞན་ལས་གྱུང་། སེམས་ནི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས། །རྣམ་ཤེས་  
རར་སེམས་ཡིད་ཡིན་ནོ། །གང་ཞིག་ཡུལ་ལ་འཇིག་བྱེད་པ། །དེ་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་





གཉིས་པ་ནི་དུས་གཤམས་ཅད་དུ་འབྱུང་བ་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་དང་  
 མཚུངས་པར་ལྡན་པ་སྟེ། འདི་ནི་སྒྲུབས་གྱི་སྒྲུབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །འདི་ཉིད་གྱིས་  
 དབང་དུ་བྱས་ནས། ཐེག་བསྐྱེས་ལས། ཡང་དག་དོན་ལ་ལྷ་བ་ཡི། །སེམས་གྱི་  
 གེགས་སུ་རྟག་གྱུར་དང་། །དུས་རྒྱུ་ཀུན་དུ་འབྱུང་བ་དེ། །མ་འདྲེས་པ་ཡི་མ་  
 རིག་འདོད། །ཅེས་གང་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་བཤད་སྒྱུར་དུ་དེ་ནི་ཉོན་མོངས་  
 པ་ཅན་གྱི་ཡིད་ཁོ་ན་ལ་རྟེན་པའི་སྤྱིར་རྟེན་མ་འདྲེས་པ་ཡིན་ཏེ། སངས་རྒྱས་གྱི་ཚོས་  
 མ་འདྲེས་པ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་ཟེར་རོ། །དོན་གསར་རྣམ་པར་བཤད་པ་ལས་འདིའི་  
 དབང་གིས་བདག་ཏུ་ལྷ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་གཞན་དག་འབྱུང་བས་  
 རྣམ་པར་དབང་ཅན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རྣམ་པ་མ་འདྲེས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་འཆད་དོ། །  
 ཅིའི་སྤྱིར་འདི་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་ཁོ་ན་ལ་རྟེན་ཞེས། དེ་ལ་རེ་ཞིག་ཡིད་གྱི་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་དེའི་རྟེན་དུ་རུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་རེས་འགའ་རྒྱན་འཆད་  
 པའི་སྤྱིར་དང་། འདི་ནི་ཇི་སྤྱིད་བདེན་པ་མ་མཐོང་བ་དེ་སྤྱིད་དུ་དུས་རྟག་ཏུ་འབྱུང་  
 བའི་སྤྱིར་རོ། །གཞན་ཡང་འདི་ནི་དུས་རྟག་ཏུ་འབྱུང་བའི་སྤྱིར་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པ་འདི་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་ན་རྟག་ཏུ་ཉོན་མོངས་ཅན་ཁོ་ནར་འགྱུར་གྱི་  
 དགོ་བའམ་ལུང་མ་བསྟན་དུ་མི་འགྱུར་རོ། །རྒྱ་མཚན་དེ་དག་གི་སྤྱིར་ན་དབང་པོའི་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་ཀྱང་འདིའི་རྟེན་དུ་རུང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །

ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡང་རྣམ་སྤྲིན་མ་སྤྲིབས་ལ་ལུང་དུ་མ་བསྟན་  
 པ་ཁོ་ན་ཡིན་པས་འདིའི་རྟེན་དུ་རུང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་སྤྱིར་གང་ལ་མ་འདྲེས་པའི་

མ་རིག་པ་རྟེན་པའི་ཤེས་པ་དེ་ནི་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་ཡིད་ཅེས་བྱ་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་  
པ་གཞན་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་མེད་ན་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་  
ཤེས་པ་ནི་དབང་པོའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལྷ་པོ་རྣམས་དང་འདྲ་བ་མེད་པའི་སྒྲིན་དུ་  
ཡང་འགྱུར་ཏེ། འདི་ལྟར་དབང་པོའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་ཀྱི་ལྷན་ཅིག་འབྱུང་  
བའི་གནས་ནི་རང་དང་དུས་མཉམ་པའི་དབང་པོ་རྣམས་ཡིན་ལ། དེ་མ་ཐག་པའི་  
རྟེན་ནི་འདས་མ་ཐག་པའི་ཡིད་ཡིན་ནོ། །ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རྟེན་ནི་འདས་པ་  
ཁོ་ན་ཡིན་གྱི་ལྷན་ཅིག་འབྱུང་བའི་གནས་མེད་པ་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རྗེས་སུ་  
དཔག་པས་གཞོད་པའི་སྤྱིར་རོ། །རི་ལྟར་གཞོད་ཅེ་ན་གང་འཇུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་  
པ་ཡིན་པ་དེ་ནི་ལྷན་ཅིག་འབྱུང་བའི་གནས་དང་བཅས་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་དབང་  
པོའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་བཞིན་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡང་འཇུག་པའི་རྣམ་པར་  
ཤེས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་འབྲས་བུའི་གཏན་ཚིགས་ཡིན་ནོ། །མིག་ལ་སོགས་  
པ་དག་ནི་འདིའི་ལྷན་ཅིག་འབྱུང་བའི་གནས་སུ་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་འགྱུར་  
རྗེས་སུ་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་འགྱུར་བ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེའི་སྤྱིར་རྣམ་འབྲེལ་  
ལས། དབང་རྣམས་རེ་རེ་ལ་གཞོད་ན། ཡིད་སྒྲོ་ལ་གཞོད་ཡོད་མ་ཡིན། །ཞེས་གང་  
གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །གནས་བརྟན་པ་དག་སྦྱིང་བུ་ག་གཅིག་ནས་དགུའི་བར་ལ་  
རྟེན་ཅེས་པའང་རིགས་པ་མིན་ཏེ་རྗེས་སུ་དཔག་པས་གཞོད་པའི་སྤྱིར་རོ། །འདི་  
ལྟར་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་གཟུགས་ཅན་ལ་བརྟེན་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
དཔེར་ན་གཟུགས་མེད་པའི་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་བཞིན། སྦྱིང་བུ་ག་ཅན་ལ་



རྟེན་པར་འདོད་པའི་ཤེས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་ཡིད་གྱི་ཤེས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་  
ནི་འགལ་བའི་བྱ་བ་བྱ་དམིགས་པའོ། །

ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡང་འདིའི་ལྷན་ཅིག་འབྱུང་བའི་གནས་སུ་  
རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འཇུག་ཤེས་དྲུག་ཀའི་རྒྱ་བྱུན་མོང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་  
ལྷན་ཅིག་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་བྱུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ལྷན་ཅིག་འབྱུང་བའི་རྟེན་དང་  
བཅས་པ་ཡིན་ཏེ། འཇུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མིག་ཤེས་བཞིན་ནོ། །  
གཞན་ཡང་དུས་རྟག་ཏུ་རར་རྫོམ་སེམས་པའི་དོན་གྱིས་ཡིད་ཅེས་བྱ་བ་ཡིན་ན། དེ་  
ལྷ་བུའི་ངེས་ཆེག་མེད་པའི་སྒྲིན་དུ་ཡང་འགྱུར་ཏེ། འཇུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
དག་ནི་ངེས་འགའ་རྒྱུན་འཆད་པའི་ཕྱིར་དང་། འགའ་ཞིག་ལ་རར་རྫོམ་པ་མེད་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་ཡང་འདུ་ཤེས་མེད་པའི་སྒྲིམས་འཇུག་དང་། འགོག་པའི་  
སྒྲིམས་འཇུག་དག་ལ་ཞི་བ་དང་མ་ཞི་བའི་བྱེ་བྲག་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ། གཉིས་ཀ་  
ཡང་ཆོགས་དྲུག་བཀག་པ་ཅམ་དུ་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་དང་། ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་  
ཡིད་བཀག་པ་དང་། མ་བཀག་པའི་བྱེ་བྲག་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཉོན་མོངས་པ་ཅན་  
གྱི་ཡིད་ཡོད་ན་དེའི་ཕྱིར་འཕགས་པ་རྣམས་གྱི་ནི་དེ་འགོག་པར་རྣམ་པས་འགོག་  
པའི་སྒྲིམས་པར་འཇུག་པ་ནི་དེ་བཀག་པས་ཆེས་ཞི་བ་ཡིན་ལ། མོ་མོ་སྒྲེ་བོ་དག་  
གིས་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་དགག་པར་མི་རྣམ་པས་དེའི་ཕྱིར་འདུ་ཤེས་མེད་  
པའི་སྒྲིམས་འཇུག་ནི་དེ་དང་ལྷན་པས་མ་ཞི་བ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་ལ་ནི་  
འཕགས་པ་དང་འཕགས་པ་མ་ཡིན་པའི་གནས་པའི་བྱ་བ་པར་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་མེད་ན། དེའི་ཕྱིར་འདུ་ཤེས་མེད་  
 པ་སར་སྐྱེས་པའི་རྒྱན་ལ་རར་འཛིན་མེད་པར་འབྱུང་དེ། འདུག་པའི་རྣམ་ཤེས་དུག་  
 བོ་འགག་པའི་ཕྱིར་དང་། རར་འཛིན་གྱི་ཏེན་དུ་གྱུར་པའི་ཤེས་པ་གཞན་ཡང་ཁས་མི་  
 ལེན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་འདི་ནི་འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲོང་བར་མི་རིགས་སྟེ།  
 འགོག་པའི་སྒྲོམས་འདུག་ལྟར་ཆེས་ཞི་བའི་གནས་པས་གནས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཉོན་  
 མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་ཡོད་ན་འདིའི་ཆོགས་དུག་འགགས་ཀྱང་ཡིད་ཡོད་པས་རར་  
 འཛིན་དང་ལྷན་པའི་ཤེས་པ་གཞན་ཡང་ཁས་མི་ལེན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་དེ་ནི་  
 འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱི་སྒྲོང་བར་མི་རིགས་དེ། འགོག་པའི་སྒྲོམས་འདུག་ལྟར་ཆེས་  
 ཞི་བའི་གནས་པས་གནས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་ཡོད་ན་དེའི་ཆོ་  
 འདུག་ཤེས་དུག་འགགས་ཀྱང་ཡིད་ཡོད་པས་རར་འཛིན་དང་ལྷན་བཞིན་དུ་ཡང་རིང་  
 མོ་ཞིག་དུ་གནས་པའི་ཕྱིར་མི་ཁོམ་པའི་གནས་སུ་གཟིགས་ནས་སྒྲོང་བ་ཡིན་ནོ། །  
 གཞན་ཡང་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་མེད་ན་སོ་སོ་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ཀྱི་དགེ་བ་དང་མི་  
 དགེ་བ་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པའི་སེམས་རྣམས་ལ་རར་འཛིན་པ་ཀྱན་དུ་འབྱུང་བ་མི་  
 འབྲད་དེ། གནས་སྐྱབས་བསྐྱབས་ཅད་དུ་རར་འཛིན་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བའི་སེམས་  
 གཞན་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདོད་པར་རིགས་པ་ཡང་མ་ཡིན་དེ། ར་སྦྱིན་པ་གཏོང་།  
 སྒྲིག་གཏོང་རི་མོ་འདྲེའི་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་གནས་སྐྱབས་དེ་དག་དུ་རར་འཛིན་  
 འབྱུང་བར་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཞན་ཡང་སྦྱིན་པ་གཏོང་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆོ་རར་འཛིན་མེད་ན་རྗེས་སུ་

དཔག་པས་ཀྱང་གཞོན་དེ་འདི་ལྟར། གང་ཞིག་རར་འཛིན་པས་བཅིངས་པའི་དགེ་  
བའི་ལས་ལས་སྤྱིད་པའི་འབྲས་བུ་འབྱུང་བ་ནི་མི་དགས་ཏེ། དཔེར་ན་དགྲ་བཙུང་ས་  
པའི་དགེ་བ་བཞིན། གྱིས་པ་རྣམས་ཀྱི་སྦྱོན་པ་ལ་སོགས་པའི་དགེ་བ་རྣམས་ཀྱང་  
རར་འཛིན་པས་བཅིངས་པ་མ་ཡིན་ལོ། །ཞེས་པ་ཁྱབ་བྱེད་མ་དམིགས་པའོ། །ཅི་སྟེ་  
རར་འཛིན་དགེ་བ་དང་དུས་མཉམ་དུ་མེད་ཀྱང་རས་སྦྱོན་པ་བཏང་བར་བྱའོ། །རས་  
སྦྱོན་པ་བཏང་ངོ་ཞེས་སྒྲ་མ་དང་ཕྱི་མར་རར་འཛིན་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བའི་ཕྱིར། དེས་  
བཅིངས་པ་ཡིན་ལོ་ཞེན། དེ་ལྟ་ན་འཕགས་པ་སྟོབ་པ་རྣམས་ཀྱིས་འཛིག་རྟེན་ལས་  
འདས་པའི་ལམ་ལ་མཉམ་པར་བཞག་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་རར་འཛིན་པས་  
བཅིངས་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་དག་ལ་ཡང་རས་མཉམ་པར་བཞག་གོ། །མཉམ་པར་  
བཞག་པར་བྱའོ་སྒྲ་མ་པ་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བའི་ཕྱིར་ངོ་། །དེ་ལྟར་ན་རི་རྒྱུད་བཤད་  
པའི་ཉེས་པ་དག་ཏུ་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་ནི་མི་  
འདོད་བཞིན་དུ་ཡང་ཁས་སྤངས་པར་བྱ་དགོས་སོ། །རར་སེམས་པའི་བདག་ཉིད་  
གྱི་ཡིད་བཤད་ཟེན་ཏོ། །

དེ་མ་ཐག་པའི་གནས་སུ་གྱུར་པའི་ཡིད་ནི་གང་ཡང་འདུག་པའི་རྣམ་པར་  
ཤེས་པ་དུག་པོ་དག་འགགས་མ་ཐག་པའི་གནས་སྐབས་ན་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་དག་  
ཉིད་རྣམ་ཤེས་ཕྱི་མ་སྟེ་བའི་གོ་ཕྱེ་བའི་སྒྲོ་ནས་དེ་དག་གི་དེ་མ་ཐག་པའི་རྒྱུན་བྱེད་  
པའི་ཡིད་ཅེས་བྱའོ། །འདི་ལ་ཀུན་གཞི་དང་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་ནི་འདུག་  
པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དག་གི་དེ་མ་ཐག་པའི་གནས་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་གཉིས་ནི་དུས་



ཐམས་ཅད་དུ་འབྱུང་བས་དེ་དག་འགགས་སྟོབས་ཀྱིས་ཤེས་པ་གཞན་སྟེ་བའི་གོ་འབྱེད་  
 བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དུག་པོ་དག་ཅེས་སྟོས་སོ། །དེ་  
 དག་གྲང་མ་སྟེས་པའི་གནས་སྐབས་ན་ནི་དེ་མ་ཐག་པའི་གནས་མ་ཡིན་ཏེ། རང་གི་  
 རོ་བོ་མ་སྟེས་པས་ཤེས་པ་གཞན་གོ་མ་བཀག་པའི་ཕྱིར། རྣམ་མཁའ་བཞིན། སྟེས་  
 ལ་མ་འགག་པའི་གནས་ན་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། རང་མ་འགགས་ན་ཤེས་པ་གཞན་སྟེ་  
 བའི་གོ་མི་རྟོན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གང་གི་ཆེ་རང་ཉིད་འགགས་པ་དེའི་ཆེ་ཤེས་པ་ཕྱི་མ་  
 སྟེ་བའི་གོ་ཕྱི་བའི་ཕྱིར། དེའི་དེ་མ་ཐག་པའི་གནས་སུ་འབྱུང་ལ། དེ་བས་ན་  
 འགགས་མ་ཐག་པ་ཞེས་སྟོས་སོ། །དེ་ཡང་ཤེས་པ་རིགས་མཐུན་གཞན་གྱིས་བར་  
 མ་ཆོད་པ་ལ་བྱའོ། །སྐད་ཅིག་གཞན་གྱིས་མ་ཆོད་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། འགོག་པ་ལ་  
 སྟོམས་པར་ཞུགས་པ་སོགས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ན་སྟོམས་པར་འཇུག་པའི་སེམས་  
 འགགས་ནས་ཡུན་རིང་དུ་ལོན་པ་ཡང་ལངས་མ་ཐག་པའི་སེམས་ཀྱི་དེ་མ་ཐག་  
 པའི་གནས་སུ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཤེས་པ་གཞན་གྱིས་བར་ཆོད་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ།  
 ཤེས་པ་གང་གིས་བར་ཆོད་པའི་ཤེས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ཤེས་པ་ཕྱི་མ་སྟེ་བ་ལ་གོ་འབྱེད་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་འགགས་མ་ཐག་ཞེས་སྟོས་སོ། །དུག་པོ་འགགས་མ་ཐག་  
 པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་དབང་པོ་ལ་སོགས་པ་གཞན་བསལ་བའི་ཕྱིར་རྣམ་པར་ཤེས་  
 པ་ཞེས་སྟོས་སོ། །

འཇུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་རང་གི་མཇུག་ཐོགས་སུ་འབྱུང་བའི་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་རིགས་མཐུན་པའི་དེ་མ་ཐག་པའི་གནས་སུ་འབྱུང་བས་དེའི་

བྱིར་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དུག་པོ་དག་ཅེས་སྟོས་སོ། །དེ་ལ་སྟེ་བ་གང་དག་རྣམ་ཤེས་དུ་  
 མ་གཅིག་ཅུར་མི་སྟེ་བར་འདོད་པ་དེ་དག་གི་ལྟར་ན་གང་གི་ཆེ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
 གཅིག་མ་འགག་པར་གནས་པ་དེའི་ཆེ་རིགས་མཐུན་པའམ། མི་མཐུན་པའི་ཤེས་  
 པ་གཞན་སྟེ་བའི་གོ་སྐབས་མི་རྟོན་པའི་བྱིར་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལྟ་བུ་གཅིག་  
 འགགས་པའི་རྗེས་སུ་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལྟ་བུའི་ཤེས་པ་རིགས་མི་མཐུན་  
 གཅིག་སྟེ་བ་ན་སྤྲུལ་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་འགགས་པའི་སྟོབས་གྱི་བྱི་མ་སྟེ་བའི་  
 གོ་རྟོན་པས་དེའི་བྱིར་རྣམ་པར་ཤེས་པ་འགགས་མ་ཐག་པ་རེ་རེ་ཡང་འདུག་པའི་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པ་དུག་ཀའི་དེ་མ་ཐག་པའི་གནས་སུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ལ། དེ་དག་གི་  
 ལྟར་ན་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དུག་པོ་འགགས་མ་ཐག་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དུག་པ་ཡིད་གྱི་  
 རྣམ་ཤེས་གྱིས་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་གནས་ཡིན་པའི་བྱིར་ཡིད་ཅེས་བྱ་རྟེ། ཇི་སྐད་དུ།  
 དུག་པའི་རྟོན་ནི་རབ་སྐྱབ་བྱིར། །ཁམས་ནི་བཙོ་བརྒྱད་དག་ཏུ་འདོད། །ཅེས་དང་།  
 དུག་པོ་འགགས་མ་ཐག་པ་ཡིད། །རྣམ་ཤེས་གང་ཡིན་དེ་ཡིད་དོ། །ཅེས་འབྱུང་བ་  
 ཡིན་ནོ། །གང་དག་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དུ་མ་ཅིག་ཅུར་འབྱུང་བར་འདོད་པ་དེ་དག་གི་  
 ལྟར་ན་ནི་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་འགགས་མ་ཐག་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཡིད་གྱི་རྣམ་  
 པར་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་ཤེས་པ་རིགས་མི་མཐུན་པ་གཞན་སྟེ་བའི་གོ་འབྱེད་པ་མ་  
 ཡིན་ཏེ། གང་གི་ཆེ་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྟེས་ལ་མ་འགགས་པར་ཡོད་པ་དེའི་  
 ཆེ་ཤེས་པ་རིགས་མི་མཐུན་པའི་ཤེས་པ་གཞན་སྟེ་བ་ལ་འགལ་བ་མེད་པས་དེ་དག་  
 སྟེ་བའི་གོ་མི་འགགས་པའི་བྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་དེས་དེ་དག་སྟེ་བ་ལ་གོགས་མ་བྱས་

པ་ཅམ་གྱིས་གོ་བྱེ་བར་འདོད་ན། དེའི་ཕྱིར་ཐམས་ཅད་ལ་ཐམས་ཅད་གྱིས་གོ་བྱེ་  
བས་ཐམས་ཅད་གྱི་དེ་མ་ཐག་པའི་རྒྱུ་དུ་ཏ་ཅང་ཐལ་ཆེས་པར་འགྱུར་ཏེ། དཔེར་  
ན་བྱེ་ཐག་དུ་སྒྲུབ་པའི་བྱེད་རྒྱ་བཞིན་ནོ། །དེ་བས་ན་མིག་གིས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་  
སོགས་པ་འགགས་མ་ཐག་པ་ནི་རང་དང་རིགས་མི་མཐུན་པའི་ཤེས་པའི་དེ་མ་ཐག་  
པའི་རྒྱུ་མ་ཡིན་པས། དུག་པོ་འགགས་མ་ཐག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་དུག་པ་  
ཡིད་གྱི་ཤེས་པའི་རྒྱུ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཡིད་དུ་འཛོག་པ་མ་ཡིན་གྱི། འོན་ཀྱང་རང་  
དང་རིགས་མཐུན་པའི་ཤེས་པ་ཕྱི་མའི་དེ་མ་ཐག་པའི་གནས་སུ་གྱུར་པས་དེའི་ཕྱིར་  
ཡིད་ཅེས་བྱའོ། །

ཅིའི་ཕྱིར་རིགས་མཐུན་པའི་ཤེས་པ་ཕྱི་མའི་རྒྱུ་དུ་འགྱུར་ཞེས། ཤེས་པ་  
དུ་མ་གཅིག་ཅར་སྒྲེབ་པར་འདོད་པ་དག་གིས་ལུགས་ལ་ཡང་། རིགས་མཐུན་པའི་  
ཤེས་པ་གཉིས་ཅིག་ཅར་སྒྲེབ་པར་ཡིན་པ་དེ་ནི་གནས་མེད་ཅིང་གོ་སྒྲུབས་མེད་དོ། །  
དེའི་ཕྱིར་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྒྲེས་ལ་མ་འགགས་པ་དེ་སྤྱིད་དུ་རྒྱུད་དེ་ལ་མིག་  
གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཞན་གཉིས་པ་སྒྲེབ་པའི་གནས་མེད་དོ། །གང་གི་ཆེ་མིག་གི་  
རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྒྲེས་མ་འགགས་པའི་རྗེས་སུ་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཉིས་པ་  
སྒྲེས་པ་དེའི་ཆེ་སྒྲེས་མ་འགགས་པའི་སྒྲོབས་ཀྱིས་ཕྱི་མ་སྒྲེབ་པའི་གོ་སྒྲུབས་རྟེན་པ་ཡིན་  
པས། དེའི་ཕྱིར་སྒྲེས་མ་ནི་ཕྱི་མའི་དེ་མ་ཐག་པའི་གནས་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་ཤེས་པ་  
གཅིག་གིས་རིགས་མི་མཐུན་པའི་ཤེས་པ་དུ་མའི་དེ་མ་ཐག་པའི་རྒྱུ་བྱེད་པ་མི་  
སྤྱིད་ལ། རིགས་མཐུན་པ་ཡང་རེ་རེ་ཁོ་ནའི་རྒྱུ་དུ་འགྱུར་གྱི་དུ་མ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ།



རིགས་མཐུན་པའི་ཤེས་པ་དུ་མ་ཅིག་ཅར་མི་སྐྱེ་བའི་སྤྱིར་རོ། །

དེའི་སྤྱིར་རྣམ་འགྲེལ་ལས། དེ་རྣམས་རིགས་མཐུན་པ་ཉིད་ལས། །རྣམ་  
པ་ངེས་པར་འགྱུར་བ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །གང་ཡང་ཡུང་པོ་ལྷ་པ་བྱེ་  
བྲག་ཏུ་བཤད་པ་ལས། མིག་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཚོགས་དྲུག་པོ་དག་  
འགགས་མ་ཐག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་ཡིད་ཅེས་བརྗོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དྲུག་  
པ་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་གནས་བརྒྱུབ་པའི་སྤྱིར་ཡིན་གྱི། ཞེས་གསུངས་པ་  
གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་། སྤེ་པ་དག་གི་ལྷགས་ལ་ཡིན་གྱི་ཤེས་པ་དུ་མ་གཅིག་ཅར་སྐྱེ་  
བར་འདོད་པའི་སྤྱོད་ལ་མི་འགྲིག་པར་སྒྲུབ་རོ། །སུམ་ཏུ་བའི་འགྲེལ་པར་ཡང་།  
ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་དེ་མ་ཐག་པའི་རྒྱུན་ལས་འདུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་  
པ་འབྱུང་བ་དང་། དེ་མ་ཐག་པའི་རྒྱུན་གཅིག་གིས་ཀྱང་ཤེས་པ་དུ་མ་སྐྱེད་དོ། ཞེས་  
གསུངས་པ་ཡང་། དེ་མ་ཐག་རྒྱུན་གྱི་དོན་ལ་རྣམ་པར་མ་བཟླགས་པར་བཟད་དོ་ཡིད་  
བཤད་ཟིན་ཏོ། །དེའི་འོག་དུ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་བཤད་པ་སྐྱབས་སུ་བབས་པས་དེའི་  
སྤྱིར་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གང་ཞེ་ན་ཞེས་སྒྲུབ་སོ། །

དྲི་བ་དེའི་ལན་མདོར་བསྟན་པ་ནི། རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཚོགས་དྲུག་སྟེ།  
འདི་ལྟར། མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པའོ། །ཡུལ་དང་དབང་པོ་གཉིས་ཀ་  
ལས་སྐྱེ་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་ཉིད་ལ་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་  
དབང་པོའི་སྒྲོ་ནས་ཐ་སྙད་འདོགས་གྱིས། གཟུགས་ཤེས་པ་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་  
ཡུལ་གྱི་སྒྲོ་ནས་ཐ་སྙད་མི་བྱེད་པ་ཅི་ཞེ་ན། མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་རྣམས་ནི་

དེ་དག་ལ་རྟེན་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་དང་དེའི་བྱམ་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྟེན་ཡིན་  
 བས་དེའི་ཕྱིར་དབང་པོ་དེ་དག་གི་སྒྲོ་ནས་ཐ་སྙད་བཏགས་ན་ཤེས་པ་དེ་དང་དེ་  
 འབྲུལ་མེད་དུ་གོ་བར་འགྱུར་ཏེ། །དཔེར་ན་རྩི་སྒྲུ་ཞེས་པ་དང་། རས་ཀྱི་ལྷ་གྲུ་  
 ཞེས་པ་ལྷ་བུའོ། །གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་རྣམས་ནི་དབང་པོ་ལྷ་རྩམ་མོངས་  
 མ་ཡིན་པ་མ་ཡིན་ཏེ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ནི་ཡིད་ཀྱི་ཤེས་པའི་ཀྱང་ཡུལ་  
 ཡིན་ལ། ཡུལ་གཅིག་ཀྱང་གང་ཟག་དུ་མའི་དབང་པོའི་ཤེས་པ་དུ་མས་བྱམ་མོང་དུ་  
 འོངས་སྟེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་གཟུགས་ཤེས་པ་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་ཡུལ་གྱི་  
 སྒྲོ་ནས་ཐ་སྙད་སྦྱར་ན་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡང་གཟུགས་ཤེས་པ་ལ་སོགས་  
 བར་དོགས་པར་འགྱུར་བས་དེའི་ཕྱིར་མངོན་པར་འདོད་པའི་ཤེས་པ་དེ་ཡང་འབྲུལ་  
 པ་མེད་པར་གོ་བར་མི་འགྱུར་བས་ཡིན་ལོ། །དེའི་ཕྱིར་རྣམ་འགྲེལ་ལས། གོ་བར་  
 བྱེད་པ་ཉིད་མཐོང་ནས། །ཐ་སྙད་ངེས་པར་སྦྱར་བ་ཡིན། །དབང་པོའི་ཐ་སྙད་ལ་དེ་  
 ཡོད། །ཅེས་གསུངས་ཤིང་། ཆོད་མས་ཀུན་ལས་བཏུས་པ་ལས་ཀྱང་། བྱམ་མོང་མ་  
 ཡིན་རྒྱུའི་ཕྱིར། །དེའི་ཐ་སྙད་དབང་པོས་བྱས། །ཞེས་གང་གསུངས་པ་ཡིན་ལོ། །  
 འགྲེལ་པར་དབང་པོ་རྣམས་ལ་ཆོག་རྣམ་པར་སྦྱར་བ་རྣམ་པ་ལྷ་འབྲུད་པའི་ཕྱིར་  
 དང་། །ཡུལ་རྣམས་ལ་ཆོག་སྦྱར་བ་མི་འབྲུད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་འཆད་པར་བྱེད་  
 མོད། །ཆོགས་རྣམས་ནི་སྒྲུ་བ་པོའི་འདོད་པ་ཙམ་གྱི་རྗེས་སུ་བྱེད་པ་ཡིན་གྱི་དངོས་  
 པོའི་དབང་ནི་མ་ཡིན་ལོ། །དེའི་ཕྱིར་ཆོག་སྦྱར་བ་རྣམས་ཡུལ་ལ་ཡང་མི་འབྲུད་པའི་  
 རྒྱ་མཚན་མེད་པས་རིགས་པར་མ་མཐོང་རོ། །ཅི་མིག་གིས་གཟུགས་མཐོང་ངམ།

འོན་ཏེ་རྣམ་པར་ཤེས་པས་མཐོང་ཅེན། འདི་ལ་བྱེ་བྲག་དུ་སྟོབ་རྣམས་རྟེན་བཅས་  
ཀྱི་དབང་པོ་ཁོ་ནས་མཐོང་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པས་ནི་མ་ཡིན་ལོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །

མདོ་སྟེ་པ་ཁ་ཅིག་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཁོ་ནས་མཐོང་གི་དབང་པོ་བེམས་པོ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར་མཐོང་བ་མ་ཡིན་ལོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །འདིས་ནི་ཡང་དག་པར་ན་ཆོས་  
ཐམས་ཅད་བྱེད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་གཅིག་གིས་ཀྱང་མི་མཐོང་ལ། ཅིག་ཤོས་ཀྱིས་ཀྱང་  
མི་མཐོང་མོད་ཀྱི། །འོན་ཀྱང་ཐ་སྟོད་དུ་དེ་གཉིས་ཀ་ཆོག་ས་པ་ལ་མཐོང་བར་  
གདགས་སོ། །དེ་ལ་ཡང་རྣམ་པ་དུག་གིས་གཟུགས་མཐོང་བ་ལ་མིག་གཙོ་བ་ཡིན་ཏེ།  
འདི་ལྟར་འབྱུང་བའི་རྒྱུ་ཕྱིར་ནི་མིག་ལས་དེ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་གནས་ཀྱི་  
ཕྱིར་ནི་མཐོང་བའི་རྟེན་མིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་མིག་ཡོ་བར་འཇུག་པའི་ཕྱིར་ནི་  
མིག་གི་རྟག་ཏུ་རིགས་གཅིག་པའི་ཕྱིར་རོ། །རང་དབང་དུ་འཇུག་པའི་ཕྱིར་ནི་སྒྲིབ་  
གཅིག་རེ་རེ་ལ་འབྱུང་བ་རྒྱུ་ཀྱི་ཆོག་ས་པ་ལ་མི་ལྟོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །མཛེས་པར་  
འཇུག་པའི་ཕྱིར་ནི་དེས་གནས་མཛེས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ལྷུང་གི་ཕྱིར་ནི་མིག་  
གི་གཟུགས་རྣམས་མཐོང་ངོ་ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཇི་སྒྲིབ་བཤད་པ་དེ་  
ཐམས་ཅད་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་མི་སྤྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཡང་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དུག་པོ་དག་ལ་དུ་ཞིག་ནི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་  
བཅས་པ་ཡིན་དུ་ཞིག་ནི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་མེད་པ་ཡིན་ཞེ་ན། རྣམ་པར་རྟོག་པ་  
གསུམ་གྱིས་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཅིག་ལུ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་བཅས་པ་ཡིན་ཏེ།  
འདི་ལྟར་རང་བཞིན་གྱིས་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་། ཇེས་སུ་དྲན་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་



བ་དང་། མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པའོ། །དང་པོ་ནི་ད་ལྟར་གྱི་འདུ་  
 བྱེད་སྒྲོང་བ་ན། རང་གི་མཚན་ཉིད་ལ་རྣམ་པར་རྟོག་པའོ། །གཉིས་པ་ནི་སྒྲོན་སྒྲོང་  
 བའི་འདུ་བྱེད་ལ་རྣམ་པར་རྟོག་པའོ། །གསུམ་པ་ནི་དུས་གསུམ་གྱི་སྒྲོག་ཏུ་གྱུར་པ་  
 རྣམས་ལ་རྣམ་པར་རྟོག་པའོ། །ཡང་རྣམ་པར་རྟོག་པ་བདུན་ཏེ། དམིགས་པ་ལ་རང་  
 གི་རང་གིས་འདུག་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་། མཚན་མ་དང་བཅས་པ་དང་།  
 མཚན་མ་མེད་པ་དང་། ཀུན་ཏུ་ཚེལ་བར་བྱེད་པ་དང་། སོ་སོར་རྟོག་པ་དང་། ཉོན་  
 མོངས་པ་ཅན་དང་། ཉོན་མོངས་པ་ཅན་མ་ཡིན་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པའོ། །དང་པོ་  
 ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཚྷགས་ལྟ་སྟེ། དམིགས་པ་ལ་བཀྲ་བར་མ་བཟུང་བར། རང་  
 གི་ཡུལ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་རང་གི་རང་གིས་འདུག་པའི་བྱིར་རོ། །གཉིས་པ་ནི་རང་  
 བཞིན་དང་། རྗེས་སུ་དྲན་པའི་རྣམ་པར་རྟོགས་པ་སྟེ། དེ་དག་གིས་ནི་འདས་པ་དང་  
 ད་ལྟར་གྱི་ཡུལ་ལ་བཀྲ་བར་འཛིན་པའི་བྱིར་རོ། །གསུམ་པ་ནི་མ་འོངས་པས་ཡུལ་  
 འདི་ལ་བྱེད་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་གང་ཡིན་པའོ། །ལྷག་མ་རྣམས་ནི་མངོན་པར་  
 སྒྲོད་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་རིག་པར་བྱ་སྟེ། འདིས་རེས་འགའ་ནི་  
 མངོན་པར་རྟོག་ཅིང་ཀུན་དུ་ཚེལ་ལོ། །རེས་འགའ་ནི་སོ་སོར་རྟོག་གོ། །རེས་འགའ་  
 ནི་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་དུ་འགྱུར་རོ། །རེས་འགའ་ནི་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་མ་ཡིན་པར་  
 འགྱུར་རོ། །རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཚྷགས་དུག་པོ་དག་སྒྱིར་བཤད་ནས་རེ་རེ་ནས་  
 བསྟན་པའི་བྱིར་། མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གང་ཞེན་ཞེས་སྒྲོས་སོ། །འདི་དག་རེ་  
 རེ་ཡང་རྟོན་དང་དམིགས་པ་དང་རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་གསུམ་གྱིས་རིགས་པར་བྱའོ། །

དེ་ཡང་མིག་ལ་རྟེན་ཅིང་ཞེས་པས་ནི་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རང་གི་རྟེན་གྱི་སྒོ་  
ནས་མཚོན་པར་བྱེད་པའོ། །གཟུགས་ལ་དམིགས་ནས་ཞེས་པས་ཡུལ་གྱི་སྒོ་ནས་སོ། །  
སོ་སོར་རྣམ་པར་རིགས་སོ་ཞེས་པས་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་སྟོན་པར་བྱེད་པའོ། །གཞན་  
རྣམས་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་སྒྱུར་བར་བྱ་སྟེ་གོ་སྟོབས་པར་བྱེད་དོ། །རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
བཤད་ཟིན་ཏེ། དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནི་ཡུང་པོ་ལྷ་ལེགས་པར་གཏན་ལ་ཕབ་པའི་སྒོ་  
ནས་རྣམ་པར་བཞག་པ་བཤད་ཟིན་ཏེ། །

ད་ནི་ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི་རྣམ་པར་བཞག་པ་སྐབས་སུ་བབ་པས་དེ་  
དག་བཤད་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་རེ་ཞིག་ཁམས་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་གཏན་ལ་དབབ་  
པར་བཞེད་ནས། ཁམས་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པར་བཞག་པ་གང་ཞེན། ཞེས་སྟོས་སོ། །  
དེ་ལ་སྒྲུར་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཡུང་པོ་ལྷ་ར་གཏན་ལ་ཕབ་པའི་ཚེས་དེ་དག་  
ཉིད་ཁམས་སུ་རྣམ་པར་འཛོག་པར་བྱེད་ལ། ཁམས་སུ་རྣམ་པར་བཞག་པ་གང་  
ཡིན་པ་དེ་དག་ཉིད་སྐྱེ་མཆེད་དུ་རྣམ་པར་འཛོག་པར་བྱེད་གྱི། ཡུང་པོ་ལས་མ་  
གཏོགས་པའི་ཁམས་དང་ཁམས་ལས་མ་གཏོགས་པའི་སྐྱེ་མཆེད་རྣམས་གཞན་དུ་  
ནི་མེད་དོ། །དེའི་ཡུང་པོ་ལས་དམིགས་གྱིས་བཏོན་ནས་ཁམས་རྣམ་པར་བཞག་གོ། །  
ཁམས་ལས་དམིགས་གྱི་བཏོན་ནས་སྐྱེ་མཆེད་རྣམ་པར་བཞག་གོ། །དེ་ལ་གཟུགས་  
ཀྱི་ཡུང་པོ་རྣམ་པར་བཞག་པའི་ཚེས་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ནི། གཟུགས་ཅན་གྱི་  
ཁམས་བཙུར་འགྱུར་ཏེ་འདི་ལྟར་མིག་གི་ཁམས་ལ་སོགས་པའོ། །དེར་མ་བྱེད་ཚེས་  
ཀྱི་ཁམས་ཀྱི་སྟོགས་གཅིག་གྱུར་ཡིན་ཏེ། ཚེས་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་པའི་གཟུགས་རྣམ་པ་

ལྷ་གང་ཡིན་པའོ། །ཆོར་བ་དང་། འདུ་ཤེས་དང་འདུ་བྱེད་ཀྱི་ལུང་པོར་རྣམ་པར་  
 བཞག་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ནི་ཆོས་ཀྱི་ཁམས་ཀྱི་ཕྱོགས་གཅིག་དུ་འགྱུར་རོ། །  
 རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ལུང་པོ་རྣམ་པར་བཞག་པ་གང་ཡིན་པའི་ཆོས་དེ་རྣམས་ནི་རྣམ་  
 པར་ཤེས་པའི་ཁམས་བདུན་དུ་འགྱུར་ཏེ། འདི་ལྟར་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་  
 ཁམས་ལ་སོགས་པའོ། །དེ་ལ་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་དང་དུག་པོ་འགགས་མ་བྱས་པའི་  
 ཡིད་དག་ནི་ཡིད་ཀྱི་ཁམས་ཡིན་ཅོ། །རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཞེས་བཤད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་  
 ནི་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཁམས་ལ་སོགས་པ་དུག་ཡིན་ཅོ། །སེམས་ཞེས་བཤད་  
 པའི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཁམས་བདུན་ཀའི་རང་བཞིན་  
 ཡིན་ཏེ། ས་བོན་དང་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་གཉིས་ཀས་ཀྱང་རྣམ་པར་ཤེས་པ་བདུན་པོ་  
 དག་གི་རྒྱ་དང་བདག་པོའི་རྒྱེན་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དང་། ཁམས་ཀྱི་སྒྲ་ཡང་རྒྱའི་དོན་ཅན་  
 དུ་འཆད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་དེའི་ས་བོན་བསགས་པ་དང་། རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་  
 ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གང་ཡིན་པ་ཞེས་སྟར་བཤད་པ་ཡིན་ཅོ། །ལུང་པོར་  
 རྣམ་པར་བཞག་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ནི་ཁམས་ཀྱི་བསྟུན་ན་ཁམས་སུ་རྣམ་པར་  
 བཞག་པའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱང་ལུང་པོས་བསྟུན་སམ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཅོ། །དེ་ལྟར་  
 ཁམས་རྣམས་ཀྱི་ནང་ནས་ལུང་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ཆོས་ཅི་ཞིག་མ་བསྟུན་ཞེ་ན། ཆོས་ཀྱི་  
 ཁམས་ལ་ཡོད་པའི་འདུས་མ་བྱས་ཏེ། དེ་ལ་ནི་ལུང་པོའི་དོན་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

འདི་ལྟར་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ནི་འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་ལ་སོགས་  
 པའི་རྣམ་པ་དག་གིས་གཅིག་དུ་བསྟུན་ནས་སྤངས་པའི་ཕྱིར་རམ། །ལུང་ཕྱེར་བ་ལ་



སོགས་པའི་དོན་གྱིས་སྤང་བོ་ཡིན་ལ། འདུས་མ་བྱས་དག་ནི་བརྟན་དུ་ཡོད་པ་མ་  
 ཡིན་པས་དེ་དག་རུང་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདུས་མ་བྱས་དེའི་རང་བཞིན་ནི་ཅི་  
 ཞིག་རྣམ་པ་ནི་དུ་ཞེན་རྒྱ་དང་རྒྱེན་ལས་མ་བྱུང་ཞིང་རྣམ་པར་བཅུད་པ་ཅུམ་རོ་བོར་  
 ཤེས་པར་བྱ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡིན་མོ། །དེ་ཡང་  
 འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་དངོས་པོ་བརྒྱད་དེ། འདི་ལྟར། ཚེས་དགེ་བ་རྣམས་ཀྱི་དེ་བཞིན་  
 ཉིད་ལ་སོགས་པའོ། །དེ་ལ། དགེ་བའི་དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་རང་བཞིན་ནི། གང་ཟག་  
 དང་ཚེས་ཀྱི་བདག་མེད་པ་རྣམ་པ་གཉིས་ཡིན་དེ། དེའི་རྣམ་གྲངས་ནི་སྟོང་པ་ཉིད་  
 ལ་སོགས་པའོ། །

རྣམ་གྲངས་དེ་དག་གི་དོན་ནི། བདག་མེད་པ་དེ་ཉིད་སྤར་གྱི་གནས་  
 སྐབས་ལས་རྒྱེན་གྱི་དབང་གིས་རྣམ་པ་གཞན་དུ་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་དེ་བཞིན་ཉིད་  
 ཅེས་བྱའོ། །དེ་ལ་དམིགས་ནས་ཚུལ་བཞིན་དུ་སྒྲུལ་ས་པས་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་  
 པའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་ཚེས་རྣམས་མི་རྒྱ་ཞིང་སྟོངས་པར་བྱེད་པས་དེའི་  
 ཕྱིར་སྟོངས་པ་ཉིད་ཅེས་བྱའོ། །གཟུགས་ནས་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་བར་གྱི་སྒྲོས་པའི་མཆོན་  
 མ་ཐམས་ཅད་ཉེ་བར་ཞི་བས་དེའི་ཕྱིར་མཆོན་མ་མེད་པ་ཞེས་བྱའོ། །གང་ཟག་དང་  
 ཚེས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཕྱིན་ཅི་ལོག་མེད་པའི་དམིགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཡང་དག་པའི་  
 མཐའ་ཞེས་བྱའོ། །འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ནི་རྣམ་པ་  
 ཐམས་ཅད་དུ་མི་སྒྲུབ་པའི་ཕྱིར་དམ་པ་ཡིན་ལ། ཡེ་ཤེས་དམ་པ་དེའི་སྟོང་ཡུལ་ཡིན་  
 པས་དེའི་ཕྱིར་དོན་དམ་པ་ཞེས་བྱའོ། །

འདི་ལ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པའི་རྣམ་པ་བསྒྲེལ་ས་པ་ལས་ཉན་ཐོས་  
 དང་རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་རྟོག་གིང་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་འཕགས་པའི་ཆོས་  
 རྣམས་འབྱུང་ཞིང་། ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་པའི་རྣམ་པར་བསྒྲེལ་ས་པ་ལས་ནི་སངས་  
 རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་འབྱུང་བས་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་བམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་  
 ལ་དེའི་ཕྱིར་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཞེས་བྱའོ། །དོན་དེ་དག་དབུས་དང་མཐའ་རྣམ་པར་  
 འབྱེད་པའི་ཆོག་ས་ལེའུར་བྱས་པ་ལ་སོགས་པ་སྟོང་པ་ཉིད་ནི་མདོར་བསྡུས་ན། དེ་  
 བཞིན་ཉིད་དང་ཡང་དག་མཐའ། །མཆན་མ་མེད་དང་དོན་དམ་དང་། །ཆོས་ཀྱི་  
 དབྱིངས་རྣམས་རྣམ་གྲངས་སོ། །གཞན་ཡིན་ཕྱིན་ཅི་ལོག་མ་ཡིན། །དེ་འགགས་  
 འཕགས་པའི་སྟོན་ཡུལ་དང་། འཕགས་པའི་ཆོས་ཀྱི་རྒྱའི་ཕྱིར། །རྣམ་གྲངས་དོན་དེ་  
 གོ་རིམ་བཞིན། །ཞེས་སོ། །ཆོས་དགེ་བ་རྣམས་ཀྱི་དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་དང་རྣམ་  
 གྲངས་དང་རྣམ་གྲངས་ཀྱི་དོན་རི་ལྟ་བུ་དེ་བཞིན་དུ་མི་དགེ་བ་དང་ལུང་དུ་མ་བསྟན་  
 པ་རྣམས་ཀྱི་དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་དང་རྣམ་གྲངས་དང་། རྣམ་གྲངས་ཀྱི་དོན་  
 རྣམས་ཀྱང་དེ་ཁོ་ན་བཞིན་དུ་ལྟ་བར་བྱའོ། །དེ་བཞིན་ཉིད་གསུམ་ནི། ཆོས་ཅན་ཐ་  
 དད་པ་ཙམ་མ་གཏོགས་པ་ངོ་བོ་དབྱེར་མེད་པའི་ཕྱིར། དེ་དག་གི་ངོ་བོ་དང་རྣམ་  
 གྲངས་ལ་སོགས་པ་ནི་གཅིག་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །

རྣམ་མཁའི་ངོ་བོ་ནི་ཐོག་བཅས་ཀྱི་གཟུགས་མེད་ཅིང་བཀག་པ་ཙམ་གྱིས་  
 ཆོས་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་སྟོན་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའོ། །ངེས་པའི་ཆོག་ནི་ལུས་ཅན་  
 ཀྱི་བྱེད་པ་སྦྱེད་པ་དང་འགྲོ་བ་ལ་སོགས་པ་བམས་ཅད་ཀྱི་གོ་འབྱེད་པའི་ཕྱིར་རྣམ་

མཁའ་ཞེས་བྱའོ། །

དངོས་པོར་མེད་པ་ལ་གཞན་ལ་གོ་འབྱེད་པའི་མཐུ་མེད་པ་མ་ཡིན་ནམ་  
ཞེན། ཡུལ་དེར་གང་ཡོད་ན་གཟུགས་ཅན་གཞན་འབྱུང་བའི་གོ་རྟོན་ཅིང་གང་མ་  
དམིགས་ན་དེ་ལྟ་བུའི་གོ་མི་རྟོན་པ་ཅམ་ལ་གོ་བྱེ་བ་ཞེས་བྱ་སྟེ་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ལ་  
དེ་ལྟ་བུ་ཡང་ནམ་མཁའ་ལ་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། ནམ་མཁའ་ནི་ཐོག་བཅས་ཀྱི་གཟུགས་  
བཀག་པས་རབ་རྟུ་བྱེ་བ་ཡིན་ལ་གང་ན་ཐོགས་བཅས་ཀྱི་དངོས་པོ་མེད་པ་དེ་ན་  
གཟུགས་ཅན་འབྱུང་བའི་གོ་རྟོན་ལ་དེ་མེད་ན་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཐོགས་པ་དང་བཅས་  
པའི་དངོས་པོས་ཡུལ་དེར་གོ་བཀག་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་ནམ་མཁའ་ནི་གོ་བྱེ་  
བའི་རང་བཞིན་ཡིན་པས་དེའི་ཕྱིར་གོ་འབྱེད་པ་ཞེས་བྱའི་གོ་འབྱེད་པའི་བྱ་བ་དང་  
ལྡན་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །

དེའི་ཕྱིར་ནམ་མཁའ་ནི་འབྲས་བུའི་གཟུགས་རྣམས་སྒྲེ་བའི་གོ་བྱེ་བ་ཅམ་  
ཡིན་གྱི་དེ་ལ་བྱུང་བར་གཞན་སྒྲེད་པའི་རྣམས་པ་མེད་པས་འབྱུང་བར་འགྱུར་བ་ཡང་  
མ་ཡིན་ནོ། །ཤེས་རབ་ཀྱིས་བདེན་པ་ལ་སོ་སོར་བརྟགས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཐོབ་པ་  
མ་ཡིན་གྱི་རྒྱ་རྒྱེན་མ་ཆང་བས་ཐོབ་པའི་འགོག་པ་ནི་དགག་བྱ་གང་རྒྱ་རྒྱེན་འགའ་  
ཞིག་མ་ཆང་བའི་སྟོབས་ཀྱིས་འགོག་ལ། ས་བོན་གཉིན་པོས་མ་བཅོམ་པས་གཏན་  
བྲལ་བར་མ་ཡིན་པའོ། །དཔེར་ན་ཡིད་ཡུད་པ་ལའི་གཟུགས་ལ་ཆགས་བཞིན་པའི་  
དུས་ན་གཟུགས་གཞན་དང་སྒྲེ་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་གཞན་རྣམས་ཉེ་བར་ཡོད་ཀྱང་  
དེ་དག་ལ་དམིགས་པའི་དབང་པོའི་ཤེས་པ་རྣམས་ལ་དུས་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཆེ་སོ་སོར་



བརྟགས་པ་མ་ཡིན་པའི་འགོག་པ་ཐོབ་པས་མི་སྐྱེ་བ་ལྟ་བུའོ། །ཅིའི་ཕྱིར་དེའི་ཆེ་  
 དབང་པོའི་ཤེས་པ་དེ་དག་གིས་སོ་སོར་བརྟགས་པ་མ་ཡིན་པའི་འགོག་པ་ཐོབ་ཅི་ན།  
 གལ་ཏེ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ནི་བར་ཡོད་ན་དེའི་ཆེ་ལྟར་པ་ལས་གཞན་པའི་གཟུགས་  
 རྣམས་དང་། སྐྱེ་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་ནི་བར་གནས་པ་རྣམས་ལ་ཡང་དམིགས་པའི་  
 དབང་པོའི་ཤེས་པ་གཞན་རྣམས་ཀྱང་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ཏེ། ཡིད་བྱེད་ལས་གཞན་པའི་  
 རྒྱ་རྣམས་མ་ཆང་བ་མེད་པར་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟ་ན་ཡང་དེའི་ཆེ་དེ་དག་ལ་ཡིད་  
 བྱེད་མ་ཆང་བས་མི་སྐྱེ་བ་ཡིན་ལ། མ་སྐྱེས་པ་ཙམ་ལ་འགོག་པ་ཐོབ་ཞེས་པའི་ཐ་  
 ལྷན་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །འོན་ཀྱང་ས་བོན་སྟོང་བྱེད་ཀྱི་གཉེན་པོ་མ་སྐྱེས་པས་དེའི་  
 ཕྱིར་གཏན་ནས་འབྲལ་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །

རྒྱ་རྒྱུན་ཐམས་ཅད་མ་ཆང་ནས་མི་སྐྱེ་བ་གང་ཡིན་པ་ནི་སོ་སོར་བརྟགས་  
 པ་མ་ཡིན་པའི་འགོག་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རི་བོང་གི་རྩ་ལ་སོགས་པ་གཏན་མེད་པ་  
 རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་སོ་སོར་བརྟགས་པ་མ་ཡིན་པའི་འགོག་པ་ཐོབ་པར་ཐལ་བའི་ཕྱིར་  
 དང་། དགག་བྱ་མ་དམིགས་པ་ལ་འགོག་པ་ཐོབ་པ་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་  
 བས་ན་རང་གི་རྒྱ་རྒྱུན་འགའ་ཞིག་ཆང་འགའ་ཞིག་མ་ཆང་བའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་  
 འགོག་པ་དེ་ཐོབ་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་མ་འོངས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཡིན་གྱི་འདས་པ་  
 དང་ད་ལྟར་བ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་མ་ཡིན་ཏེ་སྐྱེས་ཟེན་པའི་ཕྱིར་རོ། །མེམས་ཅན་གྱི་  
 རྒྱུད་དུ་གཏོགས་པ་ཡིན་གྱི་མ་གཏོགས་པ་རྣམས་ལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་རང་གི་  
 རྒྱུད་དུ་གཏོགས་པ་ཁོ་ན་ལ་ཡིན་གྱི་གཞན་གྱི་རྒྱུད་དུ་གཏོགས་པ་ལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །

ཚེས་གང་ལ་སོ་སོར་བརྟགས་པ་ལམ་སོ་སོར་བརྟགས་པ་མ་ཡིན་པའི་འགོག་པ་  
 ཐོབ་པ་དེ་དག་གཉིས་ཀ་ཡང་གཏན་མི་སྒྲིལ་བའི་ཚེས་ཅན་དུ་སྒྲུབ་སྟེ་གཏན་  
 ཐོས་ས་བོན་བཅོམ་པ་དང་མ་བཅོམ་པའི་བྱེ་བྲག་གིས་བྲལ་བ་དང་བྲལ་བ་མ་ཡིན་  
 པའི་ཁྱད་པར་ཡོད་དོ། །བདེན་པ་ལ་སོ་སོར་བརྟགས་པའི་ཤེས་རབ་བར་ཆད་མེད་  
 ལམ་གྱིས་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་འགོག་པ་ནི། དགག་བྱ་གང་གཉིས་པོ་སྒྲིལ་བའི་སྟོབས་  
 གྱིས་འགོག་ལ་ས་བོན་བཅོམ་པས་གཏན་བྲལ་བའོ། །འདི་ཡང་སེམས་ཅན་གྱི་  
 རྒྱད་དུ་གཏོགས་པ་ཁོ་ན་ལ་ཡིན་གྱི་མ་གཏོགས་པ་རྣམས་ལ་མ་ཡིན་ལ། མ་འོངས་  
 པ་ཁོ་ན་ལ་ཡིན་གྱི་འདས་པ་དང་ད་ལྟར་བ་མ་ཡིན་ནོ། །ཟག་པ་དང་བཅས་པ་ལ་  
 ཡིན་གྱི་ཟག་པ་མེད་པ་ལ་མ་ཡིན་ནོ། །

ཉོན་མོངས་པ་ཅན་ཁོ་ན་ལ་ཡིན་གྱི་མ་སྒྲིབས་ལ་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་དང་  
 དག་པ་རྣམས་ལ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ནི་འདུན་པའི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་  
 ཅམ་གྱིས་སྤངས་པར་འཇོག་ལ། དེ་དག་སྤངས་པའི་རྒྱད་ལ་ཡང་ས་བོན་མ་བཅོམ་  
 པས་སྤང་ཡང་ཀུན་དུ་འབྱུང་བའི་སྤྱིར་རོ། །དེའི་སྤྱིར་འཇོག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་  
 ལམ་གྱིས་ཉོན་མོངས་པའི་ས་བོན་བཅོམ་པ་ཁོ་ན་ལ་སོ་སོར་བརྟགས་པའི་འགོག་  
 པ་ཞེས་བྱའི་འཇོག་རྟེན་པའི་ལམ་གྱིས་བྲལ་བ་ལ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ས་བོན་འཇོམས་  
 པའི་མཐུ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །འོན་ཀྱང་དེ་དག་ཀྱང་བརྟའི་འགོག་པ་ལམ་རྣམ་  
 གྲངས་པའི་འགོག་པ་ཅམ་ནི་ཡིན་ནོ། །ཚེས་གང་ཡིན་པའི་སོ་སོར་བརྟགས་པའི་  
 འགོག་པ་ཐོབ་པ་དེས་བརྟགས་པ་མ་ཡིན་པའི་འགོག་པ་ཡང་ཐོབ་པ་ཡིན་ནམ།

གང་བརྟགས་མིན་ཐོབ་པ་དེས་ཀྱང་བརྟགས་པའི་འགོག་པ་ཐོབ་པ་ཡིན་ཞེ་ན།  
 ཆོས་གང་བརྟགས་པའི་འགོག་པ་ཐོབ་ལ། བརྟགས་མིན་མི་ཐོབ་པ་ཡང་ཡོད་དེ།  
 འདི་ལྟར་མཐོང་བའི་ལམ་སྐྱེས་པ་ན་དག་པའི་རྩ་བ་གཅོད་པའི་ལོག་ལྟ་དང་། རན་  
 སོང་བའི་ལུང་པོ་དང་། བམས་དང་། སྐྱེ་མཆོད་མ་གཏོགས་པའི་མཐོང་བས་སྤངས་  
 པར་བྱ་བའི་ཉོན་མོངས་མ་འོངས་པ་རྣམས་ཏེ། རི་སྤྱོད་མཐོང་ལམ་མ་སྐྱེས་པ་དེ་  
 སྤྱོད་དུ་དེ་དག་མི་སྐྱེ་བའི་ཆོས་ཅན་དུ་བྱེད་པར་མི་རྣམས་པས་བརྟགས་མིན་མི་ཐོབ་  
 ལ་མཐོང་ལམ་གྱིས་ས་བོན་བཅོམ་པའི་བྱིར་རོ། །བརྟགས་མིན་གྱི་འགོག་པ་  
 འཐོབ་གྱི་བརྟགས་འགོག་མ་ཡིན་པ་ཡང་ཡོད་ཏེ། གང་གི་ཆེ་མི་ལྷོགས་པ་མེད་པ་  
 ལ་བརྟེན་ནས་མཐོང་བའི་ལམ་སྐྱེས་པ་དེའི་ཆེ་བས་མ་གཏན་གྱི་ས་གཞན་ལ་བརྟེན་  
 པའི་མཐོང་བའི་ལམ་མ་འོངས་པ་རྣམས་ཀྱི་སོ་སོར་བརྟགས་པ་མ་ཡིན་པའི་འགོག་  
 པ་འཐོབ་གྱི་བརྟགས་པའི་འགོག་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཟག་མེད་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །  
 ཅིའི་བྱིར་བརྟགས་མིན་ཐོབ་ཅེ་ན། རི་སྤྱོད་མི་ལྷོགས་པ་མེད་པ་ལ་བརྟེན་པའི་ལམ་  
 དེ་མ་སྐྱེས་པ་དེ་སྤྱོད་དུ་བསམ་གཏན་གྱི་ས་གཞན་ལ་བརྟེན་པའི་མཐོང་ལམ་མ་  
 འོངས་པ་རྣམས་ཀྱང་གང་ཟག་དེ་ལ་སྐྱེ་དུ་ཡོད་པ་ཡིན་ལ། གང་གི་ཆེ་དེ་སྐྱེས་  
 པ་དེའི་ཆེ་དེ་དག་རྣམས་རྒྱུད་དེ་ལ་གཏན་མི་སྐྱེ་སྐྱེ་གང་ཟག་གཅིག་ལ་མཐོང་ལམ་  
 ལན་གཉིས་སྐྱེ་བ་མི་སྤྱོད་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་བས་ན་དེ་དག་གིས་དེའི་ཆེ་བརྟགས་  
 མིན་ཐོབ་པ་ཡིན་ནོ། །

འགོག་པ་གཉིས་ཀ་ཐོབ་པ་ཡང་ཡོད་དེ། འདི་ལྟར་གང་གི་ཆེ་སྐྱོར་བའི་



ལམ་རྩེ་མོ་དང་བཟོད་པ་སྐྱེས་པ་དེའི་དགེ་བའི་རྩ་བ་གཅོད་པའི་ལོག་ལྷ་དང་། རན་  
 མོང་བའི་ཡུང་པོ་དང་། བམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་རྣམས་ཀྱི་གོ་རིམ་བཞིན་རྟགས་མིན་གྱི་  
 འགོག་པ་བྱོབ་ལ། གང་གི་ཆེ་མཐོང་བའི་ལམ་སྐྱེས་པ་དེའི་ཆེ་དེ་དག་གཉིས་ཀའི་  
 ས་བོན་བཅོས་པས་བརྟགས་པའི་འགོག་པ་འབྱོབ་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་རྩེ་མོའི་ཡེ་  
 ཤེས་སྐྱེས་པ་ན་དགེ་བའི་རྩ་བ་གཅོད་པའི་ལོག་ལྷའི་ས་བོན་མ་སྦྱངས་ཀྱང་རྒྱུད་དེ་  
 ལ་གཏན་མི་སྐྱེ་བའི་ཆོས་ཅན་དུ་གྱུར་པས་བརྟགས་མིན་གྱི་འགོག་པ་བྱོབ་པ་ཡིན་ལ།  
 ཚུལ་དེ་ནི་བཟོད་པ་སྐྱེས་པའི་ཆེ་རན་མོང་བའི་ཡུང་པོའི་བརྟགས་མིན་བྱོབ་པ་ལ་  
 ཡང་ལྷ་བར་བྱའོ། །འགོག་པ་གཉིས་ཀ་མི་བྱོབ་པ་ཡང་ཡོད་ཏེ། འདས་པ་དང་ད་  
 ལྟར་བ་རྣམས་དང་ཟག་མེད་མ་འོངས་པ་སྐྱེ་བའི་ཆོས་ཅན་རྣམས་སོ། །ཁྱེ་བྲག་ཏུ་  
 སྐྱ་བ་དག་ནི་འགོག་པ་འདི་གཉིས་ཀ་དག་ཀྱང་རྟག་པའི་རྩ་ས་སུ་འདོད་ཅིང་ཁྱད་  
 བར་དུ་སོ་སོར་བརྟགས་པའི་འགོག་པ་ནི་སྦྱང་བྱ་ཇི་སྟེད་ཡོད་པ་དེ་སྟེད་གྱི་གྲངས་  
 དང་མཉམ་པའི་བྲལ་བའི་རྩ་ས་སོ་སོ་དུ་མའི་རང་བཞིན་དུ་འདོད་ཏེ། ཇི་སྟེད་དུ།  
 སོ་སོར་བརྟགས་པའི་འགོག་པ་གང་། །བྲལ་བའོ་སོ་སོ་སོ་སོ་ཡིན། །སྐྱེ་ལ་གཏན་དུ་  
 གེགས་བྱེད་པ། །འགོག་གཞན་སོ་སོར་བརྟགས་མིན་པའི། །ཞེས་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །  
 ཡང་དེ་དག་ནི་དུས་གསུམ་གྱི་ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་ངོ་བོས་བམས་ཅད་ཀྱིས་སོ་  
 སོར་བརྟགས་པའི་འགོག་པ་བྱོབ་ལ། ཟག་མེད་མ་འོངས་པ་མི་སྐྱེ་བའི་ཆོས་ཅན་  
 རྣམས་ཀྱིས་བརྟགས་མིན་ཁོ་ན་བྱོབ་ལ། ཟག་མེད་འདས་ད་ལྟར་དང་། མ་འོངས་  
 པ་སྐྱེ་བའི་ཆོས་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་ནི་འགོག་པ་གཉིས་ཀ་མི་བྱོབ། ཟག་པ་དང་བཅས་

པ་མ་འོངས་པ་མི་སྐྱེ་བའི་ཆོས་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་གཉིས་ཀ་བློ་བ་ལ་ཟག་བཅས་  
འདས་པ་དང་ད་ལྟ་བ་མ་འོངས་པ་སྐྱེ་བའི་ཆོས་ཅན་རྣམས་ཀྱིས། སོ་སོར་བརྟགས་  
པའི་འགོག་པ་ཁོ་ན་བློ་བ་པར་འདོད་པ་ཡིན་ནོ། །

མི་གཡོ་བ་ནི། དགེ་རྒྱས་བསམ་གཏན་གསུམ་པའི་འདོད་ཆགས་དང་  
བྲལ་ལ་དེའི་གོང་མ་བཞི་པའི་འདོད་ཆགས་དང་མ་བྲལ་བའི་གནས་སྐབས་ན་བདེ་  
བ་དང་སྤྲུག་བསྐྱལ་གྱི་ཆོར་བ་མ་ལུས་པ་འགོག་པའོ། །འདུ་ཤེས་དང་ཆོར་བ་  
འགོག་པ་ནི། ཅི་ཡང་མེད་པའི་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་སྒྲར་ལྟར་བཤད་ཏེ། མདོར་  
ན་འགོག་པ་ལ་སྒྲུམས་པར་ཞུགས་པའི་ཆེ་ཆོགས་བདུན་ལ་ཁོར་དང་བཅས་པ་  
འགགས་པའི་མེད་དགག་ཉིད་འདིར་འདུས་མ་བྱས་སུ་བཟུང་བར་བྱའོ། །ཅིའི་ཕྱིར་  
འདི་དག་འདུས་མ་བྱས་སུ་བཞག་ཅི་ན། སྒྲར་བྱ་ནི་གཉིས་ཏེ། ཉོན་མོངས་པ་དང་།  
དེའི་གནས་སུ་གྱུར་པའི་ཆོར་བའོ། །ཆོར་བ་དེ་ཡང་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། འགྱུར་བ་  
བྱེད་པ་དང་། འགྱུར་བ་མི་བྱེད་པའོ། །དེ་དག་ནི་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་བདེ་བ་དང་སྤྲུག་  
བསྐྱལ་དང་། སྤྲུག་བསྐྱལ་ཡང་མ་ཡིན། བདེ་བ་ཡང་མ་ཡིན་པའི་ཆོར་བའོ། །དེ་ལ་  
ཉོན་མོངས་པ་སྤྲོངས་བས་ནི་སོ་སོར་བརྟགས་པའི་འགོག་པ་རྣམ་པར་བཞག་གོ། །  
ཆོར་བ་རྣམ་པ་གཉིས་སྤྲོང་བས་ནི་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་མི་གཡོ་བ་དང་། འདུ་ཤེས་དང་  
ཆོར་བ་འགོག་པ་རྣམ་པར་བཞག་གོ། །དེ་ལ་ཉོན་མོངས་པ་སྤྲོང་བ་ནི། དེའི་ཕྱོགས་  
དང་མཐུན་པའི་གནས་ངན་ལེན་དང་། བྲལ་བའི་ཕྱིར་གནས་གྱུར་པའོ། །

ཆོར་བ་སྤྲོང་བ་ནི་དེའི་གཉིན་པོར་གྱུར་པ་སྒྲུམས་འདུག་གི་སྒྲིབ་པ་དང་

བྲལ་བའི་ཕྱིར་གནས་གྱུར་པའོ། །དེའི་ཕྱིར་བསམ་གཏན་དང་པོ་ན་སྤྲུག་བསྐྱེལ་གྱི་  
 ཚོར་བ་འགགས་ཀྱང་འགྱུར་བ་བྱེད་པའི་ཚོར་བ་མ་ལུས་པ་མ་འགགས་པས་དེའི་  
 ཕྱིར་གནས་གྱུར་པར་མི་རུང་ལ། དེའི་ཕྱིར་འདུས་མ་བྱས་སུ་མ་བཞག་གོ། །དེ་ལྟར་  
 ན་ཚོས་ཀྱི་སྒྲེ་མཆེད་པའི་གཟུགས་ཅན་རྣམ་པ་ལྡེ་ལ་སོགས་པ་རྣམ་པ་བཅུ་དྲུག་གི་  
 བདག་ཉིད་ནི་ཚོས་ཀྱི་ཁམས་ཡིན་ཅོ། །དེ་ལྟར་ཁམས་ཀྱི་རྣམ་བཞག་བཤད་ནས་དེའི་  
 འོག་དུ་སྒྲེ་མཆེད་ཀྱི་རྣམ་བཞག་འཆད་པར་བཞེད་ནས་སྒྲེ་མཆེད་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་  
 བར་བཞག་པ་གང་ཞེན་ཞེས་པ་ལས་གསུངས་ཏེ། དེ་དག་ནི་གོ་སྤྲུ་བར་བྱད་དོ། །

རྒྱས་པར་བཤད་པ་དེ་དག་གི་དོན་མདོར་བསྡུས་ཏེ། བསྟན་པར་བཞེད་  
 ནས་གང་གི་ཕྱིར་སྤང་པོ་ལས་དམིགས་ཀྱི་སྟོན་ནས་ཁམས་རྣམ་པར་བཞག་ལ་  
 ཁམས་ལས་དམིགས་ཀྱིས་བཏོན་ནས་སྒྲེ་མཆེད་རྣམ་པར་འཛོག་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་  
 སྤང་པོ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ནི་ཚོས་གསུམ་དུ་འགྱུར་ཏེ་ཞེས་གསུངས་སོ། །དེ་ལ་  
 གཟུགས་ཀྱི་སྤང་པོ་ནི་གཟུགས་ཅན་གྱི་ཁམས་དང་སྒྲེ་མཆེད་བཅུ་བསྟུས་སོ། །ཚོས་  
 ཀྱི་ཁམས་ཀྱི་ནི་ཚོར་བ་དང་། འདུ་ཤེས་དང་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྤང་པོ་རྣམས་དང་ཚོས་ཀྱི་  
 སྒྲེ་མཆེད་རྣམས་བསྟུས་སོ། །ཡིད་ཀྱི་སྒྲེ་མཆེད་ཀྱིས་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཁམས་  
 བདུན་བསྟུས་པས་དེའི་ཕྱིར་གསུམ་པོ་དེ་ཙམ་དུ་སྤྲུ་རྣམ་པར་བཞག་པའི་ཚོས་  
 ཐམས་ཅད་འདུ་བར་འགྱུར་ཅོ། །དེ་ལྟར་སྤང་པོ་དང་ཁམས་དང་སྒྲེ་མཆེད་རྣམས་  
 ཀྱིས་རྣམ་པར་བཞག་པ་རྒྱས་པར་བཤད་ནས་དེའི་འོག་དུ་ཞར་ལ་སྤང་བ་ཅུང་བྱད་  
 དབྱེད་པར་བྱའོ། །



དེ་ཡང་དབང་པོ་དང་ཁམས་ལ་མུ་བཞི་དབྱད་པ་དང་། ཡུལ་དབང་རྟེན་གསུམ་གྱིས་ས་མཚུངས་དབྱད་པ་དང་རྣམ་པ་གཉིས་ཀྱིས་ཤེས་པར་བྱའོ། །དང་པོའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་མིག་ཅེས་ཀྱང་བྱ་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་དགྲ་བཙུམ་པ་བ་མ་ལ་མུང་པོ་ལྷག་མ་མེད་པའི་དབྱིངས་སུ་ཡོངས་སུ་བྱ་རན་ལས་འདའ་བར་འགྱུར་བའི་མིག་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་མིག་གི་ཁམས་མ་ཡིན་ཏེ། མིག་གཞན་གྱི་རྒྱ་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཁམས་ཀྱི་དོན་ནི་འདིར་རྒྱའི་དོན་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ཏེ། གཞན་དུ་ན་དེ་ཡང་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཉེར་སྟོན་གནས་ཀྱི་སྟོ་ནས་འཛིན་པར་བྱེད་པའི་ཁམས་ནི་ཡིན་ནོ། །ཡང་ན་འདི་ལྟར་བཤད་དེ་དགྲ་བཙུམ་པ་རྣམས་མུང་པོ་ལྷག་མ་མེད་པའི་དབྱིངས་སུ་ཡོངས་སུ་བྱ་རན་ལས་འདའ་བ་དེའི་ཆེ་ཐོག་མར་འཛིན་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་གོ། །དེའི་འོག་དུ་འགོག་པ་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་གོ། །དེ་ནས་རིམ་གྱིས་ཆེའི་འདུ་བྱེད་བཏང་སྟེ་རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་རྣམ་ཤེས་ཀྱང་འགགས་ཏེ། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་རྣམ་པར་དག་པ་འབའ་ཞིག་རང་བཞིན་དུ་འགྱུར་རོ་ཞེས་བཤད་པས། གང་གི་ཆེ་འཕགས་པའི་ལམ་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་ནས་བཟུང་ནས་ཇི་སྟོན་ཆེའི་འདུ་བྱེད་མ་བཏང་གི་བར་གྱི་མིག་གི་དབང་པོའི་ནི་འདིར་བཟུང་བར་བྱ་བ་ཡིན་ལ། དེ་ནི་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཉེར་སྟོན་གནས་ཀྱི་སྟོ་ནས་ཀྱང་འཛིན་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མིག་གི་ཁམས་མ་ཡིན་ནོ། །སྟོ་ངའི་ནང་ན་འདུག་པ་ལ་སོགས་པ་ནས་གཟུགས་མེད་པར་སྟེས་པའི་མིག་རྒྱ་ནི་གང་ལས་མི་འགྱུབ་པར་འགྱུར་བའི་ས་པོན་ཀུན་གཞི་ལ་ཡོད་

པ་གང་ཡིན་པའོ། །དེ་ནི་གཟུགས་དང་བའི་རང་བཞིན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མིག་མ་  
 ཡིན་ལ། མིག་གཞན་གྱི་རྒྱ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་མིག་གི་ཁམས་ཡིན་ནོ། །དགྲ་བཙུང་པ་  
 ཐ་མ་དང་སྒོ་ངའི་ནང་ན་འདུག་པ་ལ་སོགས་པ་དེ་མ་ཡིན་པའི་གནས་སྐབས་གཞན་  
 མིག་ཐོབ་པ་མ་ཉམས་པ་དག་ནི་གཉིས་ཀ་ཡིན་ནོ། །ཡུང་པོ་ལྷག་མ་མེད་པའི་མུ་  
 ངན་ལས་འདས་པ་ནི་འདུས་བྱས་གྱི་འདུག་པ་ཐམས་ཅད་ཉེ་བར་ཞི་བའི་ཕྱིར་དང་།  
 གཟུགས་མེད་པར་སྐྱེས་པའི་འཕགས་པ་ནི་སྤྱར་འདོད་པ་དང་། གཟུགས་སུ་སྐྱེ་བ་  
 མི་སྤྱིད་པས་དེའི་ཕྱིར་མིག་དང་མིག་གི་ཁམས་གཉིས་ཀ་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །མིག་  
 དང་མིག་གི་ཁམས་ལ་མུ་བཞི་དབྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་རྩ་བ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ལ་  
 རྒྱལ་དེ་བཞིན་ཏེ། དེ་ཡང་གཞན་རྣམས་ལ་སྤྲུལ་ཁོ་ན་ལྟར་ཡིན་ལ། ལུས་དང་ལུས་  
 གྱི་ཁམས་ལ། ཅི་རིགས་སུ་སྤྱར་ཏེ། འདི་ལྟར། སྒོ་ངའི་ནང་ན་འདུག་པ་ལ་སོགས་  
 པ་ནི་ལུས་གྱི་དབང་པོ་དངོས་ལྟར་པས་དེའི་ཕྱིར་གཟུགས་མེད་པའི་ཁམས་སུ་སྐྱེ་  
 བའི་ལུས་གྱི་རྒྱ་ཁོ་ན་ལུས་གྱི་ཁམས་ཡིན་ལ་ལུས་མ་ཡིན་པའི་མུར་སྤྱར་བའོ། །

འགོག་པ་ལ་སྒྲོམས་པར་ཞུགས་པའི་ཡིད་གྱི་ཁམས་ནི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པ་ཡིན་ཏེ། སྒྲོམས་འདུག་ལས་ལངས་པ་ན་དེ་ལས་ཡིད་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །  
 དེས་སེམས་དཔའ་འམ་དེ་མ་ཐག་པའི་རྟེན་མི་བྱེད་པས་ཡིད་དངོས་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་མ་  
 ཡིན་པ་ནི་དགྲ་བཙུང་པ་དང་འགོག་པ་ལ་སྒྲོམས་པར་ཞུགས་པ་ཐོབ་བ་རྣམས་སོ། །  
 ཡུལ་དང་དབང་པོ་རྟེན་གསུམ་གྱིས་ས་མཚུངས་དབྱེད་པར་བཞེད་ནས། གང་དུ་  
 བྱུང་ཞིང་སྐྱེས་པར་གྱུར་པ་ཞེས་སོགས་གསུངས་ཏེ། མིག་གིས་གཟུགས་མཐོང་བ་

ན་རྟེན་དབང་པོ་ཡུལ་གསུམ་ཀ་ས་མཚུངས་སམ་ཞེན། མཚུངས་པ་ཡང་ཡོད། མི་  
 མཚུངས་པར་ཡང་ཡོད་དོ། །དང་པོའི་དབང་དུ་བྱས་ན་དེའི་ས་པའི་མིག་གིས་ཞེས་  
 གསུངས་ཏེ། དེ་ཡང་འདི་ལྟར་རྟེན་འདོད་པའི་བསམ་སུ་དང་པོར་བྱང་ཞིང་རྒྱན་  
 གྱིས་སྒྲེས་པར་གྱུར་པ་ཞིག་འདོད་པ་ན་དཔྱོད་པའི་མིག་གིས་དེའི་ས་པའི་གཟུགས་  
 ལ་ལྟ་ན་གསུམ་ཀ་ས་མཚུངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་རྟེན་བསམ་གཏན་དང་པོ་  
 ལ་སོགས་པ་དག་གིས་རང་གི་ས་པའི་མིག་གིས་རང་གི་ས་པའི་གཟུགས་ལ་ལྟ་ན་  
 ཡང་བསམ་ཅད་ས་མཚུངས་པ་ཡིན་ནོ། །མི་མཚུངས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་  
 གཞན་གྱི་ས་པས་ཞེས་གསུངས་ཏེ། དེ་ཡང་འདི་ལྟར་རྟེན་འདོད་པ་ན་དཔྱོད་པས་  
 གཟུགས་ན་སྒྲོད་པའི་བསམ་གཏན་དང་པོ་དང་གཉིས་པ་སོགས་ཀྱི་མིག་གིས་ས་  
 པོན་འོག་མ་རྣམས་ཀྱི་གཟུགས་མཐོང་བ་ན་རྟེན་དང་མཚུངས་ཤིང་དབང་པོ་དང་མི་  
 ཚུངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་ཡང་གང་གི་ཆེ་བསམ་གཏན་བཞི་པའི་མིག་གིས་དེ་པའི་  
 གཟུགས་ལ་ཡུལ་དབང་གཉིས་མཚུངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེས་བསམ་གཏན་དང་པོ་  
 གསུམ་ལ་ལྟ་ན་གསུམ་ཀ་མཚུངས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེས་འདོད་པའི་གཟུགས་ལ་ལྟ་  
 བ་ན་ཡུལ་དང་རྟེན་ས་མཚུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

ས་འོག་མ་རྣམས་ཀྱིས་མིག་ནི་རགས་ལ་གོང་མ་རྣམས་ཀྱི་གཟུགས་ནི་ཕྱ་  
 བའི་ཕྱིར་འོག་མའི་མིག་གི་གོང་མའི་གཟུགས་མཐོང་བ་མི་སྤྲིད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་  
 རྒྱུག་པའི་ཕྱིར་གོང་མ་རྣམས་ཀྱི་མིག་གིས་ནི་འོག་མའི་གཟུགས་རྣམས་མཐོང་བ་  
 ཡིན་ནོ། །མིག་གིས་གཟུགས་རྣམས་མཐོང་ཞིང་ལྟ་བུ་ཐེ་ལྟ་བུ་དེ་བཞིན་རྣ་བས་



ཡང་སྒྲུ་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་ལྟ་བར་བྱའོ། །སྔོན་མའི་མིག་ནི་དམན་པའི་ཕྱིར་དང་།  
 སྒྲུ་མ་པའི་ཕྱིར་དང་། དགོས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། གོང་མའི་རྟེན་ལ་བསྐྱེད་པ་  
 སྤྱིད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གོང་མའི་མིག་ནི་མཚོག་དུ་གྱུར་པའི་ཕྱིར་དང་། ས་དེ་པའི་ཏིང་  
 དེ་འཛིན་ཐོབ་པ་དག་གིས་སྒྲུབ་པ་རྣམས་པའི་ཕྱིར་འོག་མའི་རྟེན་ལ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་  
 ཡིན་ནོ། །གོང་མའི་མིག་ནི་མཚོག་དུ་གྱུར་པའི་ཕྱིར་དང་། ས་དེ་པའི་ཏིང་དེ་འཛིན་  
 ཐོབ་པ་དག་གིས་སྒྲུབ་པ་རྣམས་པའི་ཕྱིར་འོག་མའི་རྟེན་ལ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །  
 རྣ་བ་ལ་ཡང་ཚུལ་དེ་ལྟ་བར་བྱའོ། །མིག་གི་གཟུགས་མཐོང་བ་ལ་རྟེན་དང་དབང་  
 གོ་དང་ཡུལ་གྱི་ས་མཚུངས་རྩི་བའི་ཚུལ་དེ་བཞིན་དུ་རྣ་བས་སྒྲུ་ཐོས་པ་ལ་ཡང་ལྟ་  
 བར་བྱའོ། །རྟེན་འདོད་པའི་ཁམས་སུ་བྱུང་ཞིང་སྐྱེས་པར་གྱུར་པ་རྣམས་ཀྱི་མིག་  
 གིས་གཟུགས་མཐོང་བ་དང་རྣ་བས་སྒྲུ་ཐོས་པ་ལ་ས་མཚུངས་རྩི་བའི་ཚུལ་ཇི་ལྟ་བ་  
 བཞིན་དུ་རྟེན་གཟུགས་ཀྱི་ཁམས་སུ་བྱུང་ཞིང་སྐྱེས་པར་རྣམས་ཀྱི་མིག་དང་རྣ་བས་  
 གཟུགས་དང་སྒྲུ་ཐོས་པ་དང་མཐོང་པའི་ས་མཚུངས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་ལྟ་བར་བྱའོ། །  
 རྟེན་འདོད་པ་ན་དཔྱོད་པའི་སྒྲ་ལྟེ་ལུས་གསུམ་གྱིས་ནི་དེའི་ས་པའི་དྲི་རོ་རེག་བྱ་  
 དག་ཁོ་ན་ལ་ལོངས་སྤྱོད་གྱི་གཞན་གྱི་ས་པ་ལ་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་དག་ཡུལ་དང་ཐུང་  
 རས་འཛིན་པའི་ཕྱིར། རྟེན་གཟུགས་ན་སྤྱོད་པའི་ལུས་ཀྱིས་ཀྱང་དེའི་ས་པའི་རེག་  
 བྱ་ཁོ་ན་ལ་རེག་གི་གཞན་ལ་མ་ཡིན་ཏེ་རྒྱ་མཚུངས་སྒྲ་མ་ལྟར་རོ། །

གཟུགས་ཀྱི་ཁམས་དེ་ན་དྲི་དང་རེག་ན་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་དེ། དེ་  
 གཉིས་ཁམས་ཟས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། དེར་སྐྱེས་པ་རྣམས་ཀྱང་

ཁམས་ཀྱི་ཟས་ལ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཡུལ་དྲི་རོ་གཉིས་མེད་པ་  
 དེའི་ཕྱིར་ཡུལ་ཅན་སྒྲིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་། ཕྱིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཉིས་ཀྱང་  
 མེད་དོ། །དགོས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་དབང་པོ་གཉིས་ཀྱང་མེད་པ་མ་ཡིན་ནམ། ཞེ་ན།  
 མ་ཡིན་ཏེ་རྟེན་མཛེས་པར་བྱེད་པ་ལ་ཉེ་བར་ལལ་བའི་ཕྱིར་དང་། སྤྱིད་པའི་དབང་  
 གིས་འགྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྟེན་མཛེས་པའི་བྱ་བ་ནི་དབང་རྟེན་གྱིས་ཀྱང་འགྲུབ་  
 པའི་ཕྱིར་དང་། ཡུལ་ལ་སྤྱིད་པ་དང་བཅས་པ་དག་ནི་དབང་པོ་ལ་ཡང་སྤྱིད་པར་  
 འགྱུར་གྱི་གང་ཡུལ་རྣམས་ལ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་དེ་ནི་དབང་པོ་རྣམས་ལ་  
 སྤྱིད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དགོས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་སྤྱིད་པའི་དབང་གིས་  
 འགྲུབ་པོ་ཞེས་པའང་འབྲད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དབང་པོ་རྣམས་ལ་ནི་སྒྲོ་གཉིས་  
 ཀྱིས་སྤྱིད་པར་འགྱུར་ཏེ། ཡུལ་ལ་རྩེས་སུ་ཆགས་པ་དང་། ལུས་ལ་རྩེས་སུ་ཆགས་  
 པའི་སྒྲོ་ནས་སོ། །གང་ཞིག་འདོད་པ་རྣམས་ལ་འདོད་ཆགས་དང་མ་བྲལ་བ་དེ་ནི་  
 རྣམ་པ་གཉིས་ཀའི་སྒྲོ་ནས་དབང་པོ་རྣམས་ལ་སྤྱིད་པར་བྱེད་དོ། །གང་ཡང་འདོད་  
 པ་རྣམས་ལ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་ཞིང་གཟུགས་ལ་འདོད་ཆགས་དང་མ་བྲལ་བ་  
 རྣམས་ནི་ལུས་ལ་རྩེས་སུ་ཆགས་པའི་སྒྲོ་ནས་དབང་པོ་རྣམས་ལ་སྤྱིད་པ་དང་བཅས་  
 པ་ཡིན་ཏེ། མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་རྣམས་ལས་མ་གཏོགས་པའི་རྩེས་སུ་  
 ཆགས་པར་བྱ་བའི་ལུས་ལ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་དང་། ལུས་ལ་ཆགས་པ་དང་མ་  
 བྲལ་ན་ཡང་གཟུགས་ལ་ཆགས་པ་དང་མ་བྲལ་བར་འགལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་  
 ཕྱིར་གཟུགས་མེད་པར་སྒྲིམ་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ནི་དབང་པོ་དང་བཅས་པའི་

ལུས་ལ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་དབང་པོ་རྣམས་མེད་པ་ཡིན་ལ།  
གཟུགས་ཀྱི་ཁམས་སུ་སྐྱེས་པ་རྣམས་ནི་ལུས་ལ་རྗེས་སུ་ཆགས་པའི་སྒོ་ནས་དབང་  
པོ་རྣམས་ལ་སྤེད་པ་དང་བཅས་པས་དེའི་ཕྱིར། དེ་དག་ལ་དབང་པོ་རྣམས་ཚང་  
བར་ཡོད་ཅིང་དེ་ཡང་སྤེད་པའི་དབང་གིས་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་འདི་རིགས་  
པ་ཡིན་ནོ། །རྟེན་མཛེས་པར་ཡང་དབང་རྟེན་ཙམ་གྱིས་རྣམས་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་པ་  
ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། ཇི་ལྟར་དབང་པོ་དང་བཅས་པའི་དབང་རྟེན་གྱིས་རྟེན་མཛེས་པར་  
བྱེད་པ་ལྟར། དབང་པོ་མེད་པའི་དབང་རྟེན་གྱིས་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཤི་བ་དང་མ་ཤི་བ་  
དག་ལ་རྟེན་མཛེས་པ་དང་མི་མཛེས་པའི་བྱེད་པར་མེད་པར་ཐལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་བས་ན་གང་ཞིག་ལུས་ལ་རྗེས་སུ་ཆགས་པ་དང་ལྡན་པ་དེ་ནི་ལུས་  
མཛེས་པ་ལ་ལྟག་པར་ཡང་རྗེས་སུ་ཆགས་པ་ཡིན་ལ། དེའི་ཕྱིར་གཟུགས་ཀྱི་ཁམས་  
སུ་སྐྱེས་པ་རྣམས་ལ་ལུས་མཛེས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཡང་སྣ་ལྟེའི་དབང་པོ་རྣམས་  
འགྲུབ་པོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་འཐད་པ་ཡིན་ནོ། །རྟེན་འདོད་པའི་ཁམས་སུ་བྱུང་ཞིང་  
སྐྱེས་པར་གྱུར་པ་དག་གིས་དེའི་ས་པའི་ཡིད་གྱིས་རང་གི་ས་པ་རྣམས་དངོས་སུ་  
ཤེས་ཞིང་ཁམས་གོང་མ་གཉིས་དང་ཟག་པ་མེད་པའི་ཚེས་རྣམས་ཐོས་བསམ་གྱི་སྒོ་  
ནས་ཤེས་པས་དེའི་ཕྱིར། ཁམས་གསུམ་པ་ན་སྤྱོད་པ་རྣམས་དང་ཟག་པ་མེད་པའི་  
ཚེས་རྣམས་ཀྱང་ཤེས་སོ། །འདོད་པའི་ཁམས་སུ་སྐྱེས་པར་གྱུར་པ་ཇི་ལྟ་བ་དེ་  
བཞིན་དུ། རྟེན་གཟུགས་ཀྱི་ཁམས་སུ་སྐྱེས་པ་རྣམས་ཀྱིས་དེའི་ས་པའི་ཡིད་གྱིས།  
རང་གི་ས་པའི་ཚེས་རྣམས་མཉམ་པར་བཞག་པ་དང་མ་བཞག་པའི་སྒོ་ནས་དངོས་



སུཤེས་ཞིང་གོང་མ་དང་འོག་མ་དང་། ཟག་པ་མེད་པའི་ཆོས་རྣམས་ཐོས་ཕྱུང་གི་སྒོ་  
 བས་ཤེས་ཀྱི་བསམ་ཕྱུང་གིས་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེར་སྐྱེས་པ་རྣམས་ཐོས་པའི་དོན་ལ་  
 དཔྱེད་པ་ལ་ཞུགས་མ་ཐག་གོམས་པའི་དབང་གིས་ཏིང་ངེ་འཛིན་ལ་རང་གི་རང་  
 གིས་སྒོམས་པར་འདུག་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་ཁམས་གསུམ་དང་  
 ཟག་མེད་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་ཤེས་པས་དེ་བཞིན་ལོ་ཞེས་སོ། །གཟུགས་མེད་པར་སྐྱེས་  
 པའི་བྱིས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་རང་གི་ས་པ་ཁོ་ན་ཤེས་ཀྱི་གོང་འོག་དང་ཟག་མེད་ནི་མ་  
 ཡིན་ཏེ། དེ་ན་ཐོས་བསམ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེར་སྐྱེས་པའི་འཕགས་པ་རྣམས་  
 ཀྱིས་ནི་དེའི་ས་པའི་ཡིད་ཀྱིས་ཟག་པ་མེད་པའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱང་རྗེས་སུ་ཐོབ་ཏུ་  
 དྲན་པའི་རྣམ་པས་ཤེས་སོ། །དེའི་ཕྱིར་རང་གི་ས་པ་རྣམས་དང་ཟག་པ་མེད་པའི་  
 ཆོས་རྣམས་ཀྱང་ཤེས་སོ། །ཞེས་སྒྲུབ་སོ། །

འགྲེལ་པར་བྱེ་རོལ་གྱི་སོ་སོ་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་རང་གི་ས་པ་རྣམས་ཉིད་  
 རྣམ་པར་ཤེས་ཀྱི་ཆོས་འདི་པ་རྣམས་ནི་ལ་ལ་སྒྲོན་ཐོས་པས་ཡོངས་སུ་བསྒྲོས་པའི་  
 དབང་གིས་ས་གོང་མ་ས་ལ་ཡང་དམིགས་ཏེ་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་བཤད་དོ། །  
 ཟག་པ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་ནི་རྗེས་སུ་ཐོབ་ཏུ་ཁམས་གསུམ་ན་སྒྱུད་པའི་ཆོས་  
 རྣམས་སྐྱུ་མ་ལ་སོགས་པའི་ཚུལ་དུ་ཤེས་ཏེ། རི་རྒྱད་དུ་རྒྱན་ལས། དེས་ནི་ཁམས་  
 གསུམ་འདུས་བྱས་རྣམས། །ཡང་དག་མ་ཡིན་ཀྱང་ཉོག་པར། །ཡེ་ཤེས་ཤིན་ཏུ་རྣམ་  
 དག་པ། །གཉིས་སུ་མེད་པའི་དོན་གྱིས་མཐོང་། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ཟག་  
 པ་མེད་པའི་ཆོས་རྣམས་ནི་མཉམ་བཞག་དུ་སོ་སོར་རིག་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཀྱང་ཤེས་ལ་

རྗེས་ཐོབ་དག་པ་འཇིག་རྟེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་ཀྱང་ཤེས་སོ། །དེ་ལྟར་ན་དབང་པོ་  
གཟུགས་ཅན་ལྟར་ཡིད་ནི་ངེས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འོག་མའི་ཡིད་ཀྱིས་ཀྱང་གོང་མའི་ཆོས་  
རྣམས་ཤེས་ལ་གོང་མའི་རྟེན་ལ་ཡང་འོག་མའི་ཡིད་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཆོས་གསུམ་  
ཀྱི་རྣམ་པར་བཞག་པ་ཞར་ལ་འོངས་པ་དང་བཅས་ཏེ་རྒྱས་པར་བཤད་ཟིན་ཏེ། །

ད་ནི་དེ་དག་གི་གོ་རིམ་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་བསྟན་པར་བྱ་སྟེ་དེ་ཡང་སྤང་བོ་དང་།  
ཁམས་དང་། སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི་གོ་རིམ་རྣམ་པར་བཞག་པ་གསུམ་ལས། དེ་ཞིག་སྤང་  
བོའི་གོ་རིམ་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་རྒྱ་མཚན་ཅིའི་ཕྱིར་སྤང་བོ་རྣམས་ཀྱི་གོ་རིམ་དེ་  
ལྟར་དུ་སྒྲགས་ཏེ་བསྟན་ཞེ་ན། ཞེས་སྟོས་ཏེ། འདི་ཡང་རྣམ་ཤེས་གནས་པའི་གོ་  
རིམ་དང་རྟེན་དང་བརྟེན་པའི་གོ་རིམ་དང་། ཉོན་མོངས་དང་རྣམ་བྱུང་གི་གོ་རིམ་  
གསུམ་ཀྱིས་ཤེས་པར་བྱའོ། །དང་པོ་ནི། རྣམ་པར་ཤེས་པའི་གནས་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་  
སྤང་བོ་རྣམས་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་སྒྲགས་ཏེ། གང་ལ་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་གཟུགས་ལ་  
སོགས་པ་བཞི་པོ་ཇི་ལྟར་རགས་པའི་རིམ་པས་དང་པོར་བསྟན་ལ། གནས་པ་པོ་  
རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་དེའི་འོག་དུ་བསྟན་ནོ། །

གཉིས་པ་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་སྐྱ་མ་སྐྱ་མ་ནི་ཆོར་བ་ལ་སོགས་པ་ཕྱི་  
མ་ཕྱི་མ་རྣམས་ཀྱིས་རྟེན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཡང་དེ། འདི་ལྟར་གཟུགས་ནི་ཆོར་བའི་  
རྟེན་ཡིན་ཏེ། བདེ་སོགས་སྐྱེ་བ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་ཡུལ་དང་དབང་པོའི་  
གཟུགས་ཇི་ལྟར་བཞིན་དུ་སིམ་གདུང་སོགས་སྟོང་བའི་ཆོར་བ་བདེ་སོགས་རྣམས་  
སྐྱེ་བར་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཆོར་བ་ནི་འདུ་ཤེས་ཀྱི་རྟེན་ཡིན་ཏེ། ཇི་ལྟར་ཆོར་བས་

སིམ་གདུང་སོགས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཉམས་སུ་མྱོང་བར་བྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་འདི་ནི་བདེ་  
བའི་གནས་སོ། །འདི་ནི་སྤྱག་བསྐྱལ་གྱི་གནས་ཞེས་སོགས་སུ་ཐ་སྙད་འདོགས་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །འདུ་ཤེས་ནི་འདུ་བྱེད་གྱི་རྟེན་ཡིན་ཏེ། ཇི་ལྟར་འདུ་ཤེས་ཀྱིས་བདེ་  
སོགས་འབྱུང་བའི་གནས་སུ་ཡོངས་སུ་བཅད་ཅིང་འདུ་ཤེས་བྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་དེ་  
དང་དེ་ཐོབ་པ་དང་སྤང་བའི་དོན་དུ་སིམས་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་ཅིང་གཡོ་བར་བྱེད་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །སིམས་དབའ་ཡང་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རྟེན་ཡིན་ཏེ། ཇི་ལྟར་སིམས་  
པས་སིམས་མངོན་པར་འདུ་བྱས་པ་དེ་ཁོ་ན་བཞིན་དུ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་འཇུག་པར་  
བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། འདི་ལྟར་སིམས་པས་སིམས་མངོན་པར་འདུ་བྱས་པའི་ཡུལ་དང་  
འགྲོ་བ་དེ་དང་དེར་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཉེ་བར་འགྲོ་བའི་ཕྱིར་རོ། །

གསུམ་པ་ནི་ཡང་ཆགས་སོགས་ཀྱིས་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་། དད་  
སོགས་ཀྱིས་རྣམ་པར་བྱང་བར་འགྱུར་བའི་རིམ་པ་ལ་ལྷོས་ནས་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་  
སྒྲགས་ཏེ། འདི་ལྟར་གཞི་གང་དུ་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་བྱང་བ་ནི་  
དབང་པོ་དང་བཅས་པའི་ལུས་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་གཟུགས་ཀྱི་ཕུང་པོ་དང་པོར་བསྟན་ཏེ།  
བྱེད་པ་གང་གིས་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་བྱང་བའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་  
ཆོར་བ་ལ་སོགས་པ་གསུམ་དེའི་འོག་དུ་བསྟན་ཏེ། མྱོང་བ་ཟང་ཟིང་དང་བཅས་པ་  
འམ། ཟང་ཟིང་མེད་པ་དང་། ཚུལ་བཞིན་དང་། ཚུལ་བཞིན་མ་ཡིན་པར་མཆོན་  
མར་འཛིན་པ་དང་། མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་དག་གིས་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་  
རྣམ་པར་བྱང་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གང་ཞིག་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་



པར་བྱང་བའི་རང་བཞིན་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ། །སེམས་གནས་ངན་ལེན་དང་བཅས་  
པ་འཇམ། གནས་ངན་ལེན་མེད་པར་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་རྣམ་པར་ཤེས་  
པའི་ཐུང་པོ་ཕྱིས་བསྟན་ནོ། །ཐུང་པོ་ལྷ་པོ་གོ་རིམ་དེ་ལྟར་དུ་བསྟན་པའི་རྒྱ་མཚོ་  
ནི་དེ་ལྟར་ལྟའོ། །

ཁམས་ཀྱི་གོ་རིམ་བསྟན་པར་བཞེད་ནས་ཅིའི་ཕྱིར་ཁམས་རྣམས་ཞེས་  
སོགས་སྟོས་ཏེ། ཁམས་རྣམས་ནི་འཇིག་རྟེན་གྱི་བྱ་སྒྲུང་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པར་གོ་  
རིམ་དུ་སྒྲགས་སོ། །འདི་ལྟར་འཇིག་རྟེན་ན་ཐོག་མ་ནས་ཕན་ཚུན་དུ་མིག་གིས་  
གཟུགས་རྣམས་ལ་ལྟ་བར་བྱེད་པས་དེའི་ཕྱིར་མིག་གིས་ཁམས་དང་པོར་བསྟན་ནོ། །  
ཕན་ཚུན་གཟུགས་ལ་ལྟ་བ་ལ་རྟེན་ནས་ཁམས་བདེ་བའམ་ཞེས་སོགས་ཀུན་དུ་སྒྲི་  
བར་བྱེད་ལ། སྒྲི་བའི་སྒྲི་ཉན་པ་ལ་ཡང་རྣ་བའི་དབང་པོ་འཇུག་པས་དེའི་འོག་དུ་རྣ་  
བའི་ཁམས་བསྟན་ཏེ། ཁམས་བདེའི་བྱ་བ་ཟེན་པ་དེའི་འོག་དུ་ལུས་དང་ཡན་ལག་  
བརྒྱ་བའི་བྱས་དང་དྲི་བཟང་གིས་བྱུགས་པ་དང་དྲི་ཞིམ་པོའི་མེ་ཏོག་གི་ཕྱིང་བ་  
སོགས་ལ་སྒྲིའི་དབང་པོས་ལོངས་སྟོན་པར་བྱེད་པས་དེའི་འོག་དུ་སྒྲིའི་ཁམས་  
བསྟན་ཏེ། ལྟ་བ་ལ་སོགས་པའི་བྱ་བ་འཇུག་པའི་གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ་རྣམ་  
པར་རྟོག་པ་ཅན་ཡིད་གྱི་ཁམས་ཡིན་པས་དེའི་འོག་དུ་ཡིད་གྱི་ཁམས་བསྟན་ནོ། །  
ནང་གི་ཁམས་རྣམས་ཀྱི་གོ་རིམ་རྒྱ་མཚོ་དུ་བྱས་ནས་གཟུགས་སོགས་ཕྱིའི་ཁམས་  
རྣམས་ཀྱི་གོ་རིམ་དེ་ལྟར་དུ་སྒྲགས་ཏེ། དབང་པོའི་དབང་གིས་ཡུལ་འགྲུབ་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །དབང་པོ་དང་ཡུལ་གྱི་ཁམས་རྣམས་ཀྱི་རྒྱ་ལས་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཁམས་

རྣམས་འབྱུང་བས་དེའི་ཕྱིར་དེའི་འོག་དུ་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཁམས་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་  
བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །ཁམས་རྣམས་ཀྱི་གོ་རིམ་འཛིག་ཏེན་གྱི་ཐ་སྟངས་དང་རྩིས་སུ་  
མཐུན་པར་བསྟན་པ་རྩི་བཞིན་དུ་སྒྲེ་མཆེད་རྣམས་ཀྱི་གོ་རིམ་ཀྱང་འཛིག་ཏེན་གྱི་ཐ་  
སྟངས་དང་མཐུན་པར་བསྟན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །གོ་རིམ་གྱི་དོན་བསྟན་ཟིན་ཏོ། །

ད་ནི་སྤང་པོ་དང་ཁམས་དང་སྒྲེ་མཆེད་ཀྱི་སྒྲུའི་དོན་བསྟན་པར་བྱའོ། །རེ་  
ཞིག་སྤང་པོའི་དོན་བསྟན་པར་བཞེད་ནས་སྤང་པོ་ཞེས་པའི་སྒྲུའི་དོན་གང་ཞེ་ན་  
ཞེས་སྒྲོས་ཏེ། འདི་ལ་ཡང་གསུམ་ལས་སྤང་པོའི་སྒྲུ་སྤངས་པའི་དོན་དུ་བསྟན་པ་ནི།  
གཟུགས་གང་ཡིན་པ་གཟུགས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ཅན་ཅི་ཡང་རུང་བ་འདི་ལྟ་སྟེ་དུས་ཀྱི་  
བྱེ་བྲག་གིས་འདས་པ་ལ་སོགས་པ་གསུམ་དང་། རྒྱུད་ཀྱི་བྱེ་བྲག་གིས་ནང་གི་དང་  
ཕྱིའི་སྟེ་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་རང་རྒྱུད་དུ་གཏོགས་པ་དང་། དེ་ལས་གཞན་པའི་  
གཟུགས་སོ། །རྣམ་པའི་བྱེ་བྲག་གིས་རགས་པ་དང་སྤྲ་བ་སྟེ། གོ་རིམ་བཞིན་དུ།  
ཐོགས་པ་དང་བཅས་པ་དང་ཐོགས་པ་མེད་པའོ། །འགྲོ་བའི་བྱེ་བྲག་གིས་ནི་ངན་པ་  
དང་གྲུ་མོམ་པ་སྟེ་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་ངན་འགྲོ་དང་བདེ་འགྲོའི་གཟུགས་སོ། །ཡུལ་  
གྱི་བྱེ་བྲག་གིས་ནི་རྒྱུད་རིང་བ་དང་ཐག་ཉེ་བས་སྟེ་དེ་ཐམས་ཅད་གཟུགས་ཞེས་པ་  
གཅིག་དུ་བསྟུས་ཏེ། ཐོགས་གཅིག་དུ་སྒྲོས་སྤངས་པའི་ཕྱིར་གཟུགས་ཀྱི་སྤང་པོ་  
ཞེས་བྱ་སྟེ། འཛིག་ཏེན་ན་ནོར་དུ་མ་ཐོགས་གཅིག་དུ་སྤངས་པ་ལ། ནོར་གྱི་སྤང་པོ་  
ཞེས་བཟོད་པ་བཞིན་ནོ། །རྣམ་པར་ཤེས་པའི་སྤང་པོའི་བར་དུ་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་ལྟ་  
བར་བྱ་བ་ཏེ་དེ་དག་གི་རགས་པ་དང་སྤྲ་བའི་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་དབང་པོ་གཟུགས་

ཅན་ལ་རྟེན་པ་དང་། ཡིད་ལ་བརྟེན་པའི་ཚོར་བ་ལ་སོགས་པ་གཟུང་ངོ་། །ཡང་ན་  
 སྤེད་པ་བཅུ་གཅིག་གི་དམིགས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་  
 རྣམས་ཀྱི་འདས་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་པར་རིག་པར་བྱའོ། །དེ་ཡང་འདི་ལྟར་ལྟས་  
 པའི་སྤེད་པ་དང་། མངོན་པར་དགའ་བའི་སྤེད་པ་དང་། ལྷག་པར་ཆགས་པའི་སྤེད་  
 པ་དང་། བདག་ལ་སྤེད་པ་དང་། ཡུལ་ལ་སྤེད་པ་དང་། འདོད་པ་ལ་སྤེད་པ་དང་།  
 སྟོམས་པར་འཇུག་པ་ལ་སྤེད་པ་དང་། ཉེས་པར་སྤྱོད་པའི་སྤྲུག་བསྐྲུལ་ལ་སྤེད་པ་  
 དང་། ལེགས་པར་སྤྱད་པའི་དགེ་བ་ལ་སྤེད་པ་དང་། རིང་བ་ལས་སྤེད་པ་དང་། ཉེ་  
 བ་ལ་སྤེད་པ་སྟེ། སྤེད་པ་འདི་དག་གི་དམིགས་པར་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་འདས་པ་ལ་  
 སོགས་པ་སྦྱར་བར་བྱའོ། །ཡང་རྣམ་གྲངས་གཞན་དུ་ན། བྱང་བ་དང་། མ་བྱང་བའི་བྱེ་  
 བྲག་དང་། འཛིན་པ་དང་། བཟུང་བའི་བྱེ་བྲག་དང་། བྱི་རོལ་དུ་ལྟས་པ་དང་ནང་དུ་  
 ལྟས་པའི་བྱེ་བྲག་དང་། ཉོན་མོངས་པ་ཅན་དང་། མ་ཡིན་པའི་བྱེ་བྲག་དང་། རིང་  
 བ་དང་ཉེ་བའི་བྱེ་བྲག་དང་། འདས་པ་ལ་སོགས་པ་ཇི་ལྟར་མཐུན་མཐུན་དུ་སྦྱར་  
 བར་བྱའོ། །དེ་ལ་བྱང་བ་ནི་འདས་པ་དང་། ད་ལྟར་གྱི་འོ། །མ་བྱང་བ་ནི་མ་འོངས་  
 པའོ། །འཛིན་པ་ནི་ནང་གི་འོ། །བཟུང་བ་ནི་བྱི་འོ། །བྱི་རོལ་དུ་བལྟས་པ་ནི་མཉམ་  
 པར་མ་བཞག་པའི་ས་པའོ། །ནང་དུ་བལྟས་པ་ནི་མཉམ་པར་བཞག་པའི་ས་པའོ། །  
 ལྷག་མ་རྣམས་ནི་གོ་སྤྲེལ་བར་བྱད་དོ། །

གཉིས་པ་ལྷུང་པོའི་སྤྱ་ཆེན་པོའི་དོན་དུ་བསྟན་པ་ནི་ཡང་གཟུགས་ལ་  
 སོགས་པ་འདི་དག་ལས་སྤྱེ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྤྲུག་བསྐྲུལ་གོང་ནས་གོང་དུ་གྱིན་དུ་



འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་དེ་དག་ལ་ཡུང་པོ་ཞེས་བྱ་སྟེ། རི་རྒྱད་དུ།  
མདོ་ལས་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཡུང་པོ་ཆེན་པོ་འདི་འབའ་ཞིག་འབྱུང་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་  
གསུངས་པ་ན་ཡུང་པོའི་སྐྱ་ཆེན་པོའི་དོན་ལ་སྦྱར་བ་ལྟ་བུའོ། །འཛིག་རྟེན་ན་ཡང་  
ཡལ་ག་དང་ལོ་འདབ་ཤིན་ཏུ་རྒྱས་པའི་ཤིང་ལྗོན་པ་དག་ལ་ཤིང་གི་ཡུང་པོ་ཆེན་པོ་  
ཞེས་བྲགས་པ་ལྟ་བུའོ། །གསུམ་པ་ཡུང་པོ་སྐྱ་བྲག་པའི་དོན་ཅན་དུ་བསྟན་པ་ནི་  
ཡང་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་འདི་དག་ནི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་རྣམ་པ་གསུམ་གྱི་  
ཁུར་ཁྱེར་བའི་ཕྱིར། ཀན་རྟ་ཞེས་བྱ་སྟེ། འཛིག་རྟེན་ན་ཡང་། ལུས་ཀྱི་ཕྱོགས་གང་  
གིས་ཁུར་ཁྱེར་བར་བྱེད་པ་དེ་ལ། བྲག་པ་ཞེས་བརྗོད་པ་བཞིན་ལོ། །

གཉིས་པ་ཁམས་ཀྱི་དོན་བསྟན་པར་བཞེད་ནས། ཁམས་ཞེས་པའི་སྒྲུབ་  
དོན་ཅི་ཞེ་ན། ཞེས་སྒྲིམ་ཏེ། དེ་ལ་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ས་བོན་གྱི་དོན་ལ་ཁམས་ཀྱི་  
སྐྱ་སྦྱར་བ་ཡང་ཡོད་དེ། རི་རྒྱད་དུ་བོག་མ་མེད་པའི་དུས་ཀྱི་ཁམས། །ཞེས་པས་  
ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ས་བོན་ཐམས་ཅད་པ་བསྟན་པ་ལྟ་བུའོ། །ཡང་ཁམས་  
ཀྱི་སྐྱ་རང་གི་མཆན་ཉིད་འཛིན་པའི་དོན་དུ་ཡང་འགྱུར་ཏེ། རྣམ་པར་ཤེས་པའི་  
ཁམས་དུག་ནི་ཉེར་སྦྱོད་ཀྱི་རང་གི་མཆན་ཉིད་འཛིན་པའི་ཕྱིར་ཁམས་ཡིན་པ་ལྟ་  
བུའོ། །རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་དངོས་པོ་འཛིན་པའི་དོན་དུ་ཡང་འགྱུར་ཏེ། ཡལ་དང་  
དབང་པོའི་ཁམས་རྣམས་སོ། །ཡང་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་བསྐྱས་ནས་འཛིན་  
པའི་དོན་ཡང་ཡིན་ཏེ། འདིར་བཤད་པའི་ཁམས་བཅོ་བརྒྱད་ཀྱིས་དོན་གཞན་ལས་  
བསྟན་པའི་ཁམས་ལ་སོགས་པ་ནི་རི་ལྟར་མཐུན་མཐུན་དུ་བསྐྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྒྲེ་

མཆེད་ཀྱི་དོན་ནི་གནས་དང་དམིགས་པའི་སྒྲིན་ས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་སྒྲེ་ཞིང་  
 མཆེད་པའི་སྒྲིར་གྱུར་པའི་དོན་གྱིས་ན་སྒྲེ་མཆེད་ཅེས་བྱའོ། །ཡང་ཆོས་ཐམས་ཅད་  
 ཀྱི་ས་བོན་གྱི་དོན་དང་། ཆོས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་བསྐྱུས་ནས་འཛིན་པའི་དོན་དུ་  
 ཡང་འགྱུར་རོ། །ཞེས་འགྲེལ་པ་ལས་འཆད་དོ། །

ད་ནི་ཡུང་པོ་རྣམས་བདག་མེད་པར་མཆོན་བྱེད་ཀྱི་དཔེའི་དོན་འཆད་པ་  
 ལ་རེ་ཞིག་མདོ་དགོད་པ་ནི། མདོ་ལས། དཔེར་ན་མིག་དང་ལྡན་པའི་སྒྲིས་བུས་  
 རྒྱུ་འཁུར་འཁུར་དབུ་བ་བརྩོས་པ་བཞིན་དུ་མཐོང་བ་ན་དེས་དེ་ལ་ཚུལ་བཞིན་དུ་  
 བརྟགས་པ་ན་མེད་པ་དང་གསོབ་དང་གསོག་དང་། སྤྱིང་པོ་མེད་པར་སྤྱང་བ་དེ་  
 བཞིན་དུ་འཕགས་པ་ཉན་ཐོས་ཀྱིས་གཟུགས་ལ་ཚུལ་བཞིན་དུ་བརྟགས་པ་ན། དེ་  
 མེད་པར་སྤྱང་ཞིང་སྤྱིང་པོ་མེད་པའི་བར་དུ་སྤྱང་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་རྒྱུ་རྒྱ་བུར་  
 བཀོད་ནས་ཆོར་བ་སོགས་ལ་བཤད་ཏེ། དེ་དག་གི་དོན་བསྐྱུས་པ་ནི་གཟུགས་ནི་  
 དབུ་བ་བརྩོས་པ་ལྟ་བུའོ་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ནོ། །མདོའི་དོན་བཤད་པ་ནི་རྒྱ་  
 མཚན་ཅིའི་ཕྱིར། གཟུགས་དབུ་བ་བརྩོས་པ་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པར་རིགས་པར་བྱ་  
 ཞེན་ཇི་ལྟར་དབུ་བ་བརྩོས་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཚུལ་བཞིན་དུ་བརྟགས་པ་ན་མེད་པ་  
 དང་གསོབ་དང་། གསོག་དང་སྤྱིང་པོ་མེད་པར་སྤྱང་བ་ལྟར། གཟུགས་ལ་སོགས་  
 པ་དག་ལ་ཡང་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཚུལ་བཞིན་དུ་བརྟགས་པ་ན་སེམས་ཅན་བདག་མེད་  
 ཀྱིས་མེད་པར་སྤྱང་བ་དང་། རུལ་བ་དང་ཉོན་མོངས་པ་ཇི་ལྟར་རིགས་པར་གཙང་  
 བ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་གསོབ་དུ་སྤྱང་བ་དང་། སྤྱང་བར་བྱ་བའི་རོ་བོར་བ་རྒྱུར་བ་ཉིད་

ཀྱིས་གསོག་དུ་སྒྲུང་བ་དང་། རང་གི་རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་མི་བརྟན་ཅིང་རྟག་པའི་རྩལ་གྱི་  
རྟེན་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་སྒྲིང་པོ་མེད་པར་སྒྲུང་བ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་ན་དབུ་བ་བརྟོན་པ་ལས་སོགས་པའི་དཔེ་རེ་རེས་ཀྱང་ཡུང་པོ་ལྷ་ཀ་  
ཡང་བདག་མེད་པ་ལ་སོགས་པར་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་གཞུང་འདི་ལྟར་དུ་  
གདོན་པར་བྱ་སྟེ། གཟུགས་ནི་དབུ་བ་བརྟོན་པ་ལྟར་བདག་མེད་པ་ཉིད་དང་། མི་  
བརྟན་ཞིང་སྒྲིང་པོ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་དེས་ལྷ་ག་མ་རྣམས་ལ་ཡང་སྒྱུར་  
ཞིང་། ཚོར་བ་ལ་སོགས་པ་བཞི་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་སྒྱུར་ཏེ་བཤད་པར་བྱའོ། །ཡང་  
ན་གཟུགས་ནི་དབུ་བ་བརྟོན་པ་ལྟར་གཙང་བ་མེད་པ་ཉིད་དོ། །རྩེ་རྩུབ་ལྟར་  
བདེ་བའི་རོ་བོ་བ་རྩུང་བ་ཉིད་དོ། །ཉི་ཟེར་རྒྱང་གིས་བསྐྱོད་པའི་དམིགས་རྒྱ་ལྟར་  
མི་བརྟན་པ་ཉིད་དོ། །རྩེ་ཤིང་ལྟར་སྒྲིང་པོ་མེད་པ་ཉིད་དོ། །སྒྱུ་མ་ལྟར་སེམས་ཅན་  
རྣམས་བདག་མེད་པ་ཉིད་དོ། །ཞེས་སྒྱུར་ཞིང་། དེ་བཞིན་དུ་ཚོར་བ་ལ་སོགས་པ་  
གཞན་བཞི་ལ་ཡང་སྒྱུར་རོ། །རྣམ་པ་གཅིག་ཏུ་ན། གཟུགས་ནི་དབུ་བ་བརྟོན་པ་ལྟར་  
བཅིང་བ་མེད་པ་ཉིད་དོ། །ཚོར་བ་ནི་རྩེ་རྩུབ་ལྟར་རོ་བོ་བ་རྩུང་བ་ཉིད་དོ། །འདུ་  
གཤམ་ནི་སྒྲིག་རྒྱ་ལྟར་མི་བརྟན་པ་ཉིད་དོ། །འདུ་བྱེད་རྣམས་ནི་རྩེ་ཤིང་ལྟར་སྒྲིང་པོ་  
མེད་པ་ཉིད་དོ། །རྣམ་པར་གཤམ་པ་ནི་སྒྱུ་མ་ལྟར་བདག་མེད་པ་ཉིད་དོ། །ཞེས་བཤད་  
པར་བྱའོ། །དེ་ལ་བཤད་པ་དང་པོ་ལྟར་དཔེ་རེ་རེ་ཡང་། ཡུང་པོ་ལྷ་ཀ་ལ་ཕྱིན་ཅི་  
ལོག་བཞི་ཀ་སེལ་བྱེད་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ལྟར་ན་དེས་རེ་རེ་ཡང་ཡུང་པོ་ལྷ་ཀ་ལ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་རྣམ་པ་རེ་



རེ་སེལ་བྱེད་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །གསུམ་པ་ལྟར་ན་དེས་རེ་རེ་ཕུང་པོ་རེ་རེ་ལ་ཕྱིན་  
 ཅི་ལོག་གི་རྣམ་པ་ཡང་རེ་རེ་ཁོ་ན་སེལ་བྱེད་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །ཆོས་ཡང་དག་  
 པར་སྤྱད་པའི་མདོ་ལ་སོགས་པར་ཁམས་རྣམས་སྒྲུལ་གདུག་པ་ལྟ་བུ་དང་སྒྲེ་མཆེད་  
 རྣམས་གྲོང་སྟོང་པ་ལྟ་བུར་སོ་སོར་རྟོག་ཅིང་སྒྲུབ་ཅིས་ཆོས་གཉིས་པོ་ལ་ཡང་དཔེ་  
 བཀའ་སྒྲུལ་ཏེ། །དེ་ལྟར་ཕུང་པོ་དང་ཁམས་དང་སྒྲེ་མཆེད་རྣམས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ལ་  
 སོགས་པ་རྒྱས་པར་བསྟན་ནས་སྒྲུར་ཡང་གདུལ་བྱ་རྣམས་ལ་ཤེས་རབ་སྒྱེད་པའི་  
 ཕྱིར་དུ་དེ་དག་གི་རབ་དབྱེ་རྒྱ་ཆེན་པོ་བསྟན་པར་བཞེད་ནས་ཕུང་པོ་དང་ཁམས་  
 དང་སྒྲེ་མཆེད་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པའི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་གང་ཞེན་ཞེས་བྱི་བར་མཛད་དོ། །  
 འདི་ལ་བཞི་ཏེ། རྩ་མེད་སོགས་དུག་ཅུར་དབྱེ་བ་དང་། ཀུན་བརྟགས་སོགས་  
 གསུམ་དུ་དབྱེ་བ་དང་། མཆོན་ཉིད་སོགས་བཞིར་དབྱེ་བ་དང་། ཕྱི་ལྟས་སོགས་  
 དུག་ཏུ་དབྱེ་བ་ལོ། །དང་པོ་ལ་ཡང་སྡུམ་གྱིས་མདོར་བསྟན་པ་དང་། དེ་རྒྱས་པར་  
 བཤད་པ་དང་། དེ་དང་ཚུལ་མཐུན་པའི་དབྱེ་བ་དཔག་ཏུ་མེད་པར་བསྟན་པ་དང་  
 གསུམ་གྱིས་ཤེས་པར་བྱའོ། །

དང་པོ་ནི། རབ་དབྱེ་རྒྱ་ཆེན་པོ་འཆད་པར་གྱུར་པ་དེ་དག་གི་དོན་དང་  
 ཆོག་གི་སྒྲ་ཕྱོགས་གཅིག་དུ་སྡུམ་ན་དུ་ཞིག་ཡོད་ཅེ་ན། ཤེས་པར་བྱ་བའི་དངོས་པོ་  
 རྩ་མེད་སོགས་ནས་རྒྱུན་ལ་སོགས་པའི་བར་རྣམས་ཡིན་ལ། དེ་དག་རེ་རེ་ཡང་  
 ཤེས་པར་བྱ་བའི་དོན་མཆོན་ཉིད་དམ་རང་བཞིན་ཇི་ལྟར་རྣམ་པ་དུ་ཞིག་དགོས་པ་  
 ཅིའི་ཕྱིར་ཞེས་པ་གསུམ་གསུམ་གྱིས་གཏན་ལ་འབེབས་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་དེ་དག་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་བརྟན་ཏེ། འདི་ལྟར། རྗེས་ཡོད་  
 སོགས་བཞི་དང་། ཤེས་བྱ་སོགས་གསུམ་དང་། གཟུགས་ཅན་སོགས་དྲུག་དང་།  
 ཟག་བཅས་སོགས་བཅུ་གཉིས་དང་། བྱང་སོགས་བརྒྱ་དང་། འདས་སོགས་བཅུ་  
 དྲུག་དང་། རྒྱུན་སོགས་བཅུ་གཅིག་དུ་དབྱེ་བའོ། །དང་པོ་ནི་ཤེས་པར་བྱ་བའི་  
 དངོས་པོ་སྤང་བོ་ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་རྣམས་ཤེས་པར་བྱ་བའི་དོན་མཆན་ཉིད་རི་  
 ལྟར། དངོས་པོའི་རྒྱང་གྲངས་དུ་ཞིག་དགོས་པ་ཅིའི་ཕྱིར་རྗེས་སྟོན་ཡོད་པར་བརྟག་  
 ཅིས་ཏེ། དང་པོ་གཉིས་ཀྱིས་ནི་མཆན་ཉིད་དང་། དབྱེ་བ་ལ་སྤོངས་པ་སྤོང་ལ།  
 གསུམ་པས་ནི་བདག་དུ་སྟོ་འདོགས་པ་སྤོང་བར་བྱེད་དེ། ཚུལ་འདི་ནི་ཐམས་ཅད་  
 ལ་ལྟ་བར་བྱའོ། །

དེ་ལ་རྗེས་ཡོད་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ནི་དབང་པོའི་སྟོན་ཡུལ་དུ་འགྱུར་བ་བརྗོད་  
 པ་སྟེ་ལ་ཡང་མི་སྟོས་ཤིང་དེ་ལས་གཞན་པའི་ཆོས་འགའ་ཞིག་གི་རང་བཞིན་སྟོའི་  
 ཡུལ་དུ་འཆར་བ་ལ་ཡང་སྟོས་པ་མེད་པར་ཆོས་དེའི་རང་གི་ངོ་བོ་དབང་པོའི་ཤེས་  
 པའམ། ཡིད་ཀྱི་ཤེས་པའི་ཡུལ་དུ་རང་དབང་དུ་འཆར་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་འདིར་  
 རྗེས་ཡོད་ཅིས་བྱ་སྟེ། ཆོས་དེ་ནི་གཞན་ལ་མི་སྟོས་པར་རང་སྐྱེ་བྱུང་བ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །ཡང་ཡིད་ཀྱི་དབང་པོའི་སྟོན་ཡུལ་དུ་འགྱུར་བ་བརྗོད་པ་མིང་ལ་མི་སྟོས་  
 ཤིང་མིང་བཟླ་བར་མི་འཛིན་པར་དོན་གང་ཡིན་པ་འཛིན་པའོ། །དེ་ཡང་ཡིད་ཀྱི་  
 དབང་པོ་སྟོར་བྱང་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྟོན་ཡུལ་ཆོས་  
 རྣམས་ཀྱི་བརྗོད་དུ་མེད་པའི་ཆོས་ཉིད་དོ། །ཅིས་དང་། སྟེ་པའི་གྲུབ་མཐའི་དབང་

དུ་བྱས་པའི་རྩལ་ཡོད་ནི་གང་ག་ཟུང་བྱ་དེ་ལས་ག་ཞན་པ་མི་ལྟོས་པར་དབང་པོའི་  
 སྟོན་ཡུལ་དུ་འགྱུར་བ་ག་ཟུགས་ལ་མི་ལྟོས་པར་སྒྲ་ལ་སྒྲའི་སྟོས་འབྱུང་བ་ལྟ་བུ་སྟེ།  
 རི་ལྟར་བུམ་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་ག་ཟུགས་སོགས་རང་རང་གི་དབང་པོས་ཡུལ་བར་  
 མ་ཆོད་པར་དམིགས་ནས་ཡིད་ཀྱི་ཤེས་པས་བདུགས་ཏེ་བུམ་སོགས་ཀྱི་སྟོ་འབྱུང་བ་  
 ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པའོ། །ཞེས་དང་། མཚན་ཉིད་ག་ཉིས་པོ་འདི་ལས་དང་པོ་ནི་དོན་དམ་  
 པའི་རྩལ་སྟེ་ཡོད་པའི་མཚན་ཉིད་དེ། བྱི་མ་ནི་མི་ལྟོས་པའི་རྩལ་ཡོད་དོ་ཞེས་ཡེ་  
 ཤེས་བཤེས་ག་ཉིན་འཆད་དོ། །

དེས་ནི་ཚོར་བ་དང་འདུ་ཤེས་དང་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་སྤང་པོ་དང་།  
 དབྱིབས་དང་། རྣམ་པར་རིག་བྱེད་མ་ཡིན་པ་དང་བསྐྱུས་པ་ལས་གྱུར་བ་དང་།  
 མཛོད་སྒྲ་བས་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་པའི་ག་ཟུགས་ཀྱི་སྤང་པོ་དང་། ལྷན་མིན་དང་།  
 སེམས་བྱུང་བདུགས་ཡོད་རྣམས་མ་གཏོགས་པའི་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྤང་པོ་རྣམས་རྩལ་  
 སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན་ལ། དེ་དག་གི་རང་བཞིན་དུ་གྱུར་པའི་ཁམས་དང་སྟེ་མཆེད་དེ་དང་  
 དེ་ཡང་རྩལ་སྟེ་ཡོད་པས་དེའི་བྱིར་རིགས་པ་བསམས་ནས་སྤང་པོ་ཁམས་དང་སྟེ་  
 མཆེད་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རྩལ་སྟེ་ཡོད་པའོ་ཞེས་སྟོས་ཀྱི་རྩལ་ལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་  
 ལྟར་རྩལ་ཡོད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་དང་དངོས་པོའི་རྟང་གྲངས་རྣམ་པར་དབྱུད་པའི་  
 དགོས་པ་ནི། མཚན་ཉིད་དེ་ལྟ་བུ་དང་ལྷན་པའི་རྩལ་སྟེ་ཡོད་པའི་དངོས་པོ་ནི་སྤང་པོ་  
 ཁམས་དང་སྟེ་མཆེད་ཚུལ་ཅུ་ཤེས་པ་ན་གང་དག་སྤང་པོ་སོགས་ལ་མ་གཏོགས་  
 བདག་རྩལ་སྟེ་ཡོད་པར་མཛོད་པར་ཞེན་པ་དེ་དག་སྟོང་བར་འགྱུར་བས་དེའི་བྱིར་



རྩམ་སུ་གྲུབ་པའི་མཆན་ཉིད་སོགས་བརྟག་ཅིང་དབྱེད་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །  
 བརྟགས་པར་ཡོད་པའི་མཆན་ཉིད་ནི། ཆོས་གང་དབང་པོའི་སྤྱོད་ཡུལ་དུ་འགྱུར་བ་  
 བརྗོད་པ་མིང་གི་ཐ་སྙད་བཀྲ་བར་འཛིན་པ་ལ་ལྟོས་པ་དང་བཅས་པ་དང་། དེ་ལས་  
 གཞན་པའི་ཆོས་ཀྱི་རང་བཞིན་སྒོའི་ཡུལ་དུ་འཆར་བ་ལ་ལྟོས་པ་དང་བཅས་པ་གང་  
 ཡིན་པ་དེ་ནི་བརྟགས་པར་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ནི་རྩམ་གཞན་ལ་ལྟོས་པ་དང་  
 བཅས་པས་རང་གི་རྒྱད་ལོགས་སུ་གྲུབ་པ་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་ལ་དབྱིབས་  
 རྣམས་ནི་བརྗོད་པ་ལ་ལྟོས་པ་མ་ཡིན་ཏེ་དབང་པོའི་སྤྱོད་ཡུལ་མིན་པའི་བྱིར་རོ། །  
 དེ་ལས་གཞན་པ་ལ་ལྟོས་པ་དང་བཅས་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། ཁ་དོག་རྩལ་རྣམས་མ་  
 བཟུང་བར་དབྱིབས་ཀྱི་སྒོ་མི་འབྱུང་བའི་བྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་གང་ཞིག་རང་གི་རྒྱད་  
 ལོགས་སུ་གྲུབ་པ་དེ་ནི་རྩམ་སུ་ཡོད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པར་གཞན་ལ་  
 ལྟོས་པ་དང་བཅས་པ་ནི་བརྟགས་པར་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །དངོས་པོ་ནི་བརྗོད་པ་དང་  
 དེ་ལས་གཞན་པ་ལ་ལྟོས་པ་དང་བཅས་པ་ཆོས་གཟུགས་ཀྱི་སྤང་པོས་བསྐྱས་པ་  
 ཡང་ཡོད། དེ་བཞིན་དུ་སྤང་པོ་ཁམས་དང་སྒྲེ་མཆེད་གཞན་གྱིས་བསྐྱས་པ་ཡང་  
 ཡོད་པས་དེའི་བྱིར་བམས་ཅད་ཀྱང་བརྟགས་པས་ཡོད་པའོ། །

དགོས་པ་ནི་སྤང་པོ་ལས་མ་གཏོགས་པའི་བདག་བརྟགས་པ་ཅམ་དུ་ཡང་  
 ཡོད་པར་མངོན་པར་ཞེན་པ་སྤོང་སྟེ། བརྟགས་ཡོད་ཀྱི་མཆན་ཉིད་དང་ལྡན་པའི་  
 དངོས་པོ་ནི་སྤང་པོ་ཁམས་དང་སྒྲེ་མཆེད་ཆོས་ཅམ་དུ་ཤེས་པའི་བྱིར་རོ། །ཀྱན་རྫོབ་  
 དང་དོན་དམ་པའི་རྣམ་བཞག་ལ། སྟེ་པ་དག་ནི། མཛོད་ལས། གང་ལ་བཅོམ་དང་

སྒྲོའི་གཞན། །བསལ་ན་དེ་སྒྲོའི་འདུག་པ། །བུམ་ཚུ་བཞིན་དུ་ཀུན་རྫོབ་དུ། །ཡོད་དེ་  
 རོན་དམ་ཡོད་གཞན་ནོ། ། ཞེས་བཤད་པ་ལྟར། གཟུགས་དང་ཆོར་བ་ལ་སོགས་པ་  
 ལྟ་བུ་གཞན་ལ་མ་ལྟོས་པར་རང་དབང་དུ་སྒྲོའི་ཡུལ་དུ་འཆར་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་  
 རོན་དམ་པར་ཡོད་པ་ཡིན་ལ་བུམ་པ་དང་ཚུ་གྲུང་དང་གིང་རྟ་དང་གྲོང་བྱེར་ལ་  
 སོགས་པ་ལྟ་བུ་ནི་ཆོགས་པ་གཞན་ལ་མ་ལྟོས་པར་རང་དབང་དུ་སྒྲོའི་ལ་མི་འཆར་  
 བའི་ཕྱིར་ཀུན་རྫོབ་དུ་ཡོད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་འདོད་དོ། །དེ་ལ་བྱེ་བྲག་དུ་  
 སྤྱོད་བ་རྣམས་ཀྱིས་རོན་དམ་པར་ཡོད་པར་འདོད་པའི་ཆོས་འགའ་ཞིག་མདོ་སྡེ་པ་  
 གང་དག་བཏགས་པར་ཡོད་པ་ཅུམ་དུ་འདོད་པས། དངོས་པོའི་རྒྱང་གྲངས་ལ་མི་  
 མཐུན་པ་ཅུམ་དུ་ཟད་ཀྱི་མཆོད་ཉིད་ལ་མི་མཐུན་པ་མེད་དོ། དེ་ལྟར་ན་རོན་དམ་  
 དང་། རྫས་ཡོད་ཏེ། ཀུན་རྫོབ་དང་བཏགས་ཡོད་དོན་གཅིག་པར་འདོད་པ་ཡིན་ནོ། །  
 དེའི་ཕྱིར་འདིར་བཤད་པའི་རྫས་ཡོད་དང་། བཏགས་ཡོད་ཀྱི་མཆོད་ཉིད་དེ་དག་ནི་  
 སྡེ་བ་རྣམས་ཀྱི་བདེན་གཉིས་ཀྱི་མཆོད་ཉིད་དང་མཐུན་པ་ཡིན་ནོ། །རིགས་པའི་  
 དབང་ལྷག་ནི། གང་ཞིག་རིགས་པས་དབྱུང་བཟོད་པ་དེ་ནི་རྫས་སུ་ཡོད་པ་དང་།  
 རོན་དམ་པར་ཡོད་པར་བཞེད་ལ། དེ་ལས་སྒྲིག་པ་ནི། ཀུན་རྫོབ་དུ་ཡོད་པ་དང་  
 བཏགས་པར་ཡོད་པར་བཞེད་དེ། ཇི་སྐད་དུ་རྣམ་འབྲེལ་ལས། རོན་དམ་རོན་བྱེད་  
 རུས་པ་གང་། །དེ་འདིར་རོན་དམ་ཡོད་པ་ཡིན། །གཞན་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཡོད་པ་འོ། །  
 ཞེས་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །དབུམ་པ་རྣམས་ནི་བྱིས་པའི་སྒྲོའི་ཡུལ་གང་ཡིན་པ་ནི་  
 ཀུན་རྫོབ་དང་། འཕགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་ཡུལ་གང་ཡིན་པ་ནི་རོན་དམ་དུ་རྣམ་

པར་འཛིག་སྟེ། རི་སྐད་དུ། འབྲུག་པ་ལས། དངོས་ཀྱན་ཡང་དག་རྩལ་པ་མཐོང་བ་ཡི།  
 དངོས་རྟེན་ངོ་བོ་གཉིས་ནི་འཛིན་པར་འགྱུར། །ཡང་དག་མཐོང་ཡུལ་གང་ཡིན་དོན་  
 དམ་སྟེ། །མཐོང་བ་རྩལ་པ་ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པར་འདོད། །ཅེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །  
 ཚུལ་འདི་བདེ་སྒྲག་ཏུ་ཉོགས་པར་འདོད་ན་ཁོ་བོས་ཡི་གེ་ལོགས་སུ་བཀོད་པ་ཡོད་  
 པས་དེ་ཉིད་དུ་ལྟ་བར་བྱའོ། །

འདིར་ནི་གང་ལ་དམིགས་ནས་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་ཀྱན་ནས་ཉོན་  
 མོངས་པ་འཕེལ་བར་འགྱུར་བའི་དམིགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཀྱན་རྫོབ་ཅེས་བྱ་སྟེ།  
 དེ་དག་གིས་གནས་ལུགས་མཐོང་པ་ལ་སྒྲིབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་ལུང་པོ་དང་  
 ཁམས་དང་སྒྲེ་མཆེད་ཐམས་ཅད་ཀྱང་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་དམིགས་པར་  
 འགྱུར་བས་དེའི་ཕྱིར་ཀྱན་རྫོབ་ཏུ་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །གང་ལས་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་  
 པ་རྣམས་འཕེལ་བར་འགྱུར་བའི་དམིགས་པ་ལུང་པོ་ལ་སོགས་པ་ཆོས་ཅམ་དུ་ཤེས་  
 པ་ན་བདག་ཆགས་སོགས་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་འཕེལ་བར་འགྱུར་བའི་རྒྱར་  
 མངོན་པར་ཞེན་པ་སྤོང་བ་ཡིན་ནོ། །གང་ལ་དམིགས་ཏེ་སྒྲོམ་པས་ཀྱན་ནས་ཉོན་  
 མོངས་པ་རྣམས་རྣམ་པར་དག་པར་འགྱུར་བའི་དམིགས་པ་དེ་ནི་དོན་དམ་པར་ཡོད་  
 པ་ཡིན་ཏེ། འཕགས་པའི་ཡེ་ཤེས་དམ་པའི་སྦྱོད་ཡུལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་  
 ལུང་པོ་ཁམས་དང་སྒྲེ་མཆེད་ཐམས་ཅད་བདག་མེད་པ་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་པར། ཡང་ན་  
 དེ་དག་ཀྱན་བདེན་པ་བཞིར་བསྐྱས་ཏེ་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པ་བཙུ་དུག་གི་རྣམ་  
 པར་དམིགས་ཏེ་བསྒྲོམས་པས་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་རྣམ་པར་དག་པར་



འགྱུར་བས་དེའི་ཕྱིར་ཐམས་ཅད་ཀྱང་དོན་དམ་པར་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །འགྲེལ་པར་  
 ཚེས་ཐམས་ཅད་དེ་བཞིན་ཉིད་ལས། གཞན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་འཆད་དོ། །  
 རྣམ་པར་དག་པར་འགྱུར་བའི་དམིགས་པ་ཚེས་ཙམ་དུ་ཤེས་པས་བདག་རྣམ་པར་  
 དག་པའི་རྒྱར་མངོན་པར་ཞེན་པ་སྟོང་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་  
 པ་ཞེས་བྱ་བར་རང་རྒྱད་དུ་སོ་སོར་གྲུབ་པ་ནི་མེད་གྱི་འོན་ཀྱང་། སྤང་བོ་དང་ཁམས་  
 དང་སྟེ་མཆེད་དུ་གཏོགས་པའི་ཚེས་འདི་རྣམས་ལ་བྱིས་པ་རྣམས་ཀྱིས་གཙང་བ་  
 དང་བདེ་བ་ལ་སོགས་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་འཕེལ་བ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་  
 ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་རྣམ་པར་སྟོང་བཏགས་པ་ན་དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་གནས་ལུགས་ལ་  
 སྒྲིབ་བྱེད་དུ་གྱུར་པའི་ཀུན་རྫོབ་དུ་རྣམ་པར་འཛོག་གོ། །གང་གི་ཆེ་སྤང་བོ་ལ་སོགས་  
 པ་དེ་དག་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པའོ། །གཟུང་དང་འཛིན་པ་གཉིས་ཀྱི་སྟོང་པར་  
 ཡོངས་སུ་གཙོད་པ་དེའི་ཆེ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རྣམ་པར་དག་པ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་  
 ཞིང་ཡེ་ཤེས་དམ་པའི་སྟོན་ཡུལ་དུ་གྱུར་པས་དོན་དམ་པར་རྣམ་པར་འཛོག་གོ། །དེའི་  
 ཕྱིར་རྟག་བདེ་བདག་ལ་སོགས་པ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་རྣམ་པས་བྱུང་པར་དུ་བྱས་པའི་  
 སྤང་བོ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ནི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་འཕེལ་བ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་  
 པ་དང་། གནས་ལུགས་ལ་མ་ཞུགས་པས་ཀུན་རྫོབ་ཡིན་ལ། མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པ་  
 ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་རྣམ་པས་བྱུང་པར་དུ་བྱས་པའི་སྤང་བོ་ལ་སོགས་པ་ནི་ཀུན་  
 ནས་ཉོན་མོངས་པ་རྣམ་པར་དག་པ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པ་དང་། གནས་ལུགས་ལ་  
 རྗེས་སུ་ཞུགས་པའི་ཕྱིར་དོན་དམ་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞུང་གི་དོན་ལ་

ཞུགས་པར་སྒྲུབ་རྒྱུ་། །

འདིར་རྩོམ་སྐྱོང་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དོན་དམ་པར་ཡོད་དམ། དོན་དམ་  
པར་ཡོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་རྩོམ་སྐྱོང་པ་ཡིན་ནམ། ཞེན། རྩོམ་སྐྱོང་པ་  
ཡིན་ལ་དོན་དམ་པར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་ཡོད་དེ། གཞུགས་སྒྲུབ་ལ་སོགས་པའི་ཕུང་  
པོ་དང་ཁམས་དང་སྒྲེ་མཆེད་ལ་སོགས་རྩོམ་སྐྱོང་། གཙང་བདེ་ལ་སོགས་པ་ཕྱིན་ཅི་  
ལོག་གི་རྣམ་པས་བྱུང་པར་དུ་བྱས་པ་རྣམས་སོ། །དོན་དམ་པ་ཡིན་ལ་རྩོམ་སྐྱོང་མ་  
ཡིན་མ་ཡིན་པ་ཡང་ཡོད་དེ། མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པ་བདེན་པའི་རྣམ་པ་རྣམས་དང་།  
དེ་བཞིན་ཉིད་རྣམ་པ་གསུམ་ལ་སོགས་པའོ། །གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་ཡང་ཡོད་དེ། མི་  
རྟག་པ་ལ་སོགས་པ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་རྣམ་པས་བྱུང་པར་དུ་བྱས་པའི་གཞུགས་  
ལ་སོགས་པ་རྩོམ་སྐྱོང་རྣམས་སོ། །གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པའང་ཡོད་དེ་ནམ་མཁའ་  
དང་སོ་སོར་བརྟགས་པ་མ་ཡིན་པའི་འགོག་པ་ལ་སོགས་པའོ། །ཡང་བརྟགས་པར་  
ཡོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡོད་པ་ཡང་ཡིན་ནམ་ཞེན། བརྟགས་པར་ཡོད་  
ལ་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་ཡང་ཡོད་དེ། སྒྲུབ་གྱི་མུ་གསུམ་པ་གང་ཡིན་པའོ། །  
ཡང་རྩོམ་སྐྱོང་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡོད་དམ་ཞེན་ཡང་མུ་བཞི་སྟེ། དང་  
པོའི་མུ་གསུམ་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་འདིར་མུ་གསུམ་པར་འགྱུར་རོ། །དང་པོའི་མུ་  
གཉིས་པ་གང་ཡིན་པ་ནི་འདིར་མུ་བཞི་པར་འགྱུར་རོ། །ཡང་བརྟགས་ཡོད་གང་  
ཡིན་པ། དེ་དོན་དམ་ཡིན་ནམ་ཞེན་ཡང་མུ་བཞི་སྟེ། དང་པོའི་བཞི་པ་ནི་འདིར་དང་  
པོ་ཡིན་ནོ། །དང་པོའི་གསུམ་པ་ནི་འདིར་གཉིས་ཡིན་ནོ། །དང་པོའི་གཉིས་པ་ནི་

འདིར་གསུམ་པ་ཡིན་ནོ། །དང་པའི་དང་པོ་འདིར་བཞི་པ་ཡིན་ནོ། །

ད་ནི་ཤེས་བྱ་ལ་སོགས་པ་གསུམ་གྱི་རང་བཞིན་བཤད་པ་སྟེ། དེ་ལ་ཡང་  
 རེ་ཞིག་ཤེས་བྱའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་ཇི་ལྟར་ཤེས་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཞེས་སོགས་  
 གསུངས་ཏེ། དེ་ལ་ཡང་གཞི་ལྡེའི་རང་བཞིན་དང་། ཤེས་བྱེད་གྱི་དབྱེ་བས་བཤད་  
 པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། ཐར་པ་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཤེས་པར་བྱ་བའི་ཚུལ་ནི་  
 རྣམ་པ་ལྟ་སྟེ། འདི་ལྟར་གཟུགས་ལ་སོགས་པའོ། །ཅིའི་ཕྱིར་འདི་དག་ཐམས་ཅད་  
 ཤེས་པར་བྱ་བའི་ཡིན་ཞེ་ན། གཞི་གང་དུ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་། རྣམ་པར་  
 བྱང་བའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་གཟུགས་ནི་ཤེས་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། གང་ན་དམིགས་  
 པ་ལ་སོགས་པ་དབང་པོ་དང་བཅས་པའི་ལུས་དམིགས་པ་ན་འགའ་ཞིག་ཆགས་  
 སོགས་ཀྱིས་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་། དད་སོགས་ཀྱིས་དམིགས་པར་བྱ་བར་  
 དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དངོས་པོ་གང་ཞིག་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་  
 བྱང་བའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་སེམས་ཉིད་ཤེས་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། སེམས་རང་བཞིན་  
 གྱིས་རྣམ་པར་དག་པ་དེ་ཉིད་གང་གི་ཚེ་ཆགས་སོགས་དང་འགྲོགས་པ་དེའི་ཚེ་ཀུན་  
 ནས་ཉོན་མོངས་སོ་ཅེས་པ་དང་དད་སོགས་དང་འགྲོགས་པ་དེའི་ཚེ་རྣམ་པར་བྱང་  
 ངོ་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་འདོགས་གྱི་སེམས་ལས་མ་གཏོགས་པའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་  
 པ་འཇམ། རྣམ་པར་བྱང་བར་འགྱུར་བའི་ཚུལ་གཞན་འགའ་ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 བྱེད་པ་གང་གིས་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་བྱང་བ་དེའི་དབང་དུ་བྱས་  
 ནས་སེམས་ལས་བྱང་བའི་ཚུལ་རྣམས་ཤེས་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། འདོད་ཆགས་ལ་



སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་དང་ཁྱོ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་  
 རྣམས་དང་། དེ་དག་སྒྲེ་བ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་རིག་པ་ཆོར་བ་འདུ་ཤེས་སེམས་  
 པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་སེམས་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པར་བྱེད་ལ། དད་པ་  
 ལ་སོགས་པ་དག་པའི་ཆོས་རྣམས་དང་། དེ་དག་སྒྲེ་བ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་རིག་  
 པ་ལ་སོགས་པ་གཞན་རྣམས་ཀྱིས་ནི་སེམས་རྣམ་པར་བྱང་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་དག་གསུམ་པོ་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་བྱང་བའི་གནས་  
 སྐབས་གང་ཡིན་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་སེམས་དང་ལྡན་པ་མ་ཡིན་པའི་འདུ་བྱེད་  
 རྣམས་ཤེས་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། གསུམ་པོ་དེ་དག་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་  
 པར་བྱང་བའི་གནས་སྐབས་ནི་དེ་ཙམ་དུ་ཟད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྣམ་པར་བྱང་བའི་ངོ་  
 བོ་གང་ཡིན་པ་དེའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་འདུས་མ་བྱས་ཤེས་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་  
 གང་དུ་རྣམ་པར་བྱང་བ་དེ་བཞིན་ཉིད་དང་། གང་གིས་རྣམ་པར་བྱང་བར་བྱེད་པ་  
 མི་གཡོ་བ་དང་། འདུ་ཤེས་དང་ཆོར་བ་དང་འགོག་པ། རྣམ་པར་བྱང་བ་གང་ཡིན་  
 པ་སོ་སོར་བརྟགས་པའི་འགོག་པའོ། །དེའི་ཕྱིར་ལྷ་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཤེས་པར་བྱ་  
 བ་དག་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་གཟུགས་ནི་གཟུགས་ཀྱི་ཕུང་པོ་སྟེ། ཞེས་པ་ལ་སོགས་  
 པས་ལྷ་པོ་དེ་དག་གིས་སྒྲར་བཤད་པའི་ཕུང་པོ་དང་ཁམས་དང་སྒྲེ་མཆེད་ཐམས་  
 ཅད་བསྐྱུས་ནས་སྟོན་པར་བྱེད་དེ། དེ་ཡང་གོ་སྒྲུབ་པའི་ཕྱིར་རྣམ་པར་མ་བྱེདོ། །

གཉིས་པ་དེ་དག་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་བཤད་པ་ནི། ཡང་གཟུགས་ལ་  
 སོགས་པ་ཤེས་པར་བྱ་བའི་ཆོས་དེ་རྣམས་ནི། མོས་པ་ཤེས་པའི་སྟོང་ཡུལ་གྱི་ཕྱིར་

ཡང་ཤེས་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སོགས་སྐྱར་རོ། །དེ་ལ་མོས་པ་ཤེས་པ་ནི་ཐོས་པ་  
 ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་རབ་ཏེ། དེ་ནི་གཞན་གྱིས་བསྟན་པ་ལ་མོས་ཤིང་ཡིད་ཆེས་པ་  
 ཅམ་ལས་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །རིགས་པའི་ཤེས་པ་ནི་བསམ་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་  
 རབ་ཏེ་དེ་ནི་རིགས་པས་བརྟགས་ཤིང་དབྱེད་པ་ལས་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །རྣམ་  
 བར་འབྲོ་བ་མེད་པ་ཤེས་པ་ནི། འཇིག་རྟེན་པའི་སྒྲིམ་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་རབ་ཏེ།  
 སེམས་དམིགས་པ་ལ་ཕྱི་རོལ་དུ་མི་འབྲོ་བར་རྩེ་གཅིག་ཏུ་གཏད་པ་ལས་བྱུང་བའི་  
 ཕྱིར་རོ། །གཞན་གྱིས་བདག་ཉིད་ཤེས་པ་ནི་གཞན་སེམས་ཤེས་པ་སྟེ། གཞན་གྱི་  
 བདག་ཉིད་ཀྱི་སེམས་ཡུལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འོག་མ་ཤེས་པ་ནི་ཚུལ་ཤེས་པ་སྟེ།  
 བདེན་པ་རྣམས་མཛོན་པར་རྟོགས་པའི་ཐོག་མར་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །སོ་སོ་རང་  
 གི་ཤེས་པ་ནི་དོན་དམ་པ་ཤེས་པ་སྟེ། དེ་ནི་གཞན་ལ་ཚིག་གིས་བརྗོད་དུ་མེད་པའི་དོན་  
 བརྟགས་པ་ཉིད་ཀྱིས་རྣལ་འབྱོར་བ་སོ་སོ་རང་གི་རིག་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 གོང་མ་ཤེས་པ་ནི་རྗེས་སུ་རྟོགས་པའི་ཤེས་པ་སྟེ། ཚུལ་ཤེས་པ་དེའི་འོག་ཏུ་འབྱུང་  
 བའི་ཕྱིར་རོ། །རྣམ་པར་སུན་འབྱིན་པ་ཤེས་པ་ནི་སྤྲུག་བསྐྱེད་པ་ཏེ་སྐྱེ་བ་ལ་  
 སོགས་པའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་རྣམས་ཀྱི་ཁམས་གསུམ་པ་རྣམས་ཀྱི་ཡིད་སུན་འབྱིན་  
 བའམ་ཡང་ན་དེ་དག་ཐར་བ་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱི་སུན་དབྱུང་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རོ། །  
 ཀུན་ནས་མི་ལྟར་བ་ཤེས་པ་ནི་ཀུན་འབྱུང་ཤེས་པ་སྟེ། ཀུན་འབྱུང་སྤང་བར་བྱའོ་  
 ཞེས་རྩོལ་བ་ལས་དེ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །མི་སྐྱེ་བ་ཤེས་པ་ནི་འགོག་པ་ཤེས་པ་སྟེ།  
 དེ་ནི་སྤྲུག་བསྐྱེད་མི་སྐྱེ་བའི་རང་བཞིན་འགོག་པ་ལ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཤེས་

པ་ཤེས་པ་ནི་ལམ་ཤེས་པ་སྟེ། དེ་ནི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ངོ་བོ་ལམ་ལ་དམིགས་པའི་བྱིར་རོ། །  
མཐར་བུག་པ་ཤེས་པ་ནི་ཟད་པ་དང་མི་སྟེ་བ་ཤེས་པ་སྟེ། ལམ་གྱི་བྱ་བ་མཐར་བྱིན་  
པ་ན་དེ་དག་འབྱུང་བའི་བྱིར་རོ། །

དོན་ཆེན་པོ་ཤེས་པ་ནི་བྲེག་པ་ཆེན་པོ་ཤེས་པ་སྟེ། རང་དང་གཞན་གྱི་དོན་  
ལུན་སུམ་ཆོགས་པའི་བདག་ཉིད་ལ་དམིགས་པའི་བྱིར་རོ། །ཤེས་པ་བཅུ་གསུམ་པོ་  
དེ་དག་ཀྱང་། རྩོམ་བསམ་སྒྲུབ་པ་གསུམ་གྱི་བྱེ་བྲག་ལས་ནི་མོས་པ་ཤེས་པ་ལ་  
སོགས་པ་གསུམ་རྣམ་པར་བཞག་གོ། །ཡུལ་དོན་དམ་དང་། ཀྱན་རྫོབ་གྱི་བྱེ་བྲག་ལ་ནི།  
སོ་སོ་རང་གི་ཤེས་པ་དང་གཞན་གྱི་བདག་ཉིད་ཤེས་པ་གཉིས་རྣམ་པར་བཞག་གོ། །  
སྟེ་བའི་དུས་གྱི་བྱེ་བྲག་ལས་འོག་མ་ཤེས་པ་དང་། གོང་མ་ཤེས་པ་རྣམ་པར་བཞག་  
གོ། །ཡུལ་གྱི་རྣམ་པའི་བྱེ་བྲག་ལས་ནི་རྣམ་པར་སུན་འབྱིན་པ་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་  
བཞི་རྣམ་པར་བཞག་གོ། །རང་གི་དོན་དང་། གཞན་གྱི་དོན་ལ་དམིགས་པའི་བྱེ་  
བྲག་ལས་ནི་མཐར་བུག་པ་དང་། དོན་ཆེན་པོ་ཤེས་པ་གཉིས་རྣམ་པར་བཞག་གོ། །  
ཡང་ཤེས་པར་བྱ་བའི་ཆོས་ནི་ལྟ་སྟེ། བཏགས་པ་དང་དོན་དམ་པ་དང་། བྱ་བའི་  
མཐའ་དང་། གཞན་སེམས་དང་། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དོ། །དེ་དག་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་  
ཤེས་པ་ནི། ཀྱན་རྫོབ་ཤེས་པ་དང་། དོན་དམ་ཤེས་པ་དང་། ཟད་པ་དང་མི་སྟེ་བ་  
ཤེས་པ་དང་། གཞན་གྱི་སེམས་ཤེས་པ་དང་། ལྟོབས་བཅུ་ཤེས་པ་འོ། །དེ་ལ་ཀྱན་  
རྫོབ་ཤེས་པ་ནི་གཉིས་ཏེ་བསྟན་བཅོས་ཤེས་པ་དང་། འཛིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྙད་ཤེས་  
པ་འོ། །དང་པོས་ནི་དགོ་བ་དང་། མི་དགོ་བ་དང་། ཁ་མ་ཐོ་བ་དང་བཅས་པ་དང་།



དེ་མེད་པ་དང་། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བ་ལ་སོགས་པ་ཤེས་ནས། དེ་ལ་ཁ་  
ཅིག་ནི་སྤྱིང་བར་བྱེད། ཁ་ཅིག་ནི་སོ་སོར་བརྟེན་པར་བྱེད་དོ། །

གཉིས་པས་ནི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ལྷགས་ཤེས་ནས་འཇིག་རྟེན་གྱི་སྤྱིང་པས་རྒྱ་  
ཇི་ལྟ་བ་དང་། རྟེན་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་སྐྱབ་པར་བྱེད་དོ། །ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་དང་པོ་  
ལ་འདིར་མོས་པ་ཤེས་པ་སོགས་ས་གསུམ་དུ་བྱེདོ། །དོན་དམ་པ་ཤེས་པས་ནི་  
བདེན་པ་བཞི་དང་དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་གནས་ལྷགས་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་ཤེས་ནས། མཐོང་  
བ་དང་སྒྲོམ་པས་སྤང་བར་བྱ་བའི་ཚེས་རྣམས་སྤྱིང་བ་མངོན་སུམ་དུ་བྱེད་དོ། ། དོན་  
དམ་ཤེས་པ་དེ་ཉིད་འདིར་སོ་སོ་རང་གིས་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་བདུན་དུ་བྱེདོ། །  
ཟད་པ་དང་མི་སྐྱེ་བ་ཤེས་པས་ནི་བྱ་བའི་མཐའ་ཡོངས་སུ་ཤེས་ནས། དེས་པ་དང་ཐེ་  
ཚོམ་མེད་པ་དང་། རང་གི་སྤངས་པ་ལ་མངོན་པའི་ང་རྒྱལ་མེད་དོ། །གཞན་གྱི་  
སེམས་ཤེས་པས་ནི་པ་རོལ་གྱི་སེམས་དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བ་ལ་སོགས་པ་ཤེས་ནས་  
གཞན་གྱི་ཁམས་དང་བག་ལ་ཉལ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་ཤེས་སོ། །སྟོབས་བཅུ་ཤེས་པས་  
ནི་ཤེས་བྱའི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཤེས་པར་བྱེད་ཅིང་། དེ་ཤེས་ནས་ཀྱང་། གཞན་ལ་  
གདམས་པ་དང་རྗེས་སུ་བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་འདུག་པར་བྱེད། སེམས་ཅན་རྣམས་  
གྱི་སོམ་ནི་ཐམས་ཅད་གཅོད་པར་བྱེད། །མཐོ་རིས་དང་བདེ་འགྲོའི་འབྲས་བུ་ལ་  
འགོད་པར་བྱེད་དོ། །དེ་ནི་འདིར་དོན་ཆེན་པོ་ཤེས་པའི་མིང་གིས་བསྟན་དོ། །

ཤེས་པ་དེ་དག་གི་དགོས་པ་ནི་གཉིས་ཏེ་རང་ལ་ཡན་པ་སྐྱབ་པ་དང་  
གཞན་ལ་ཡན་པ་སྐྱབ་པའོ། །དེ་ལ་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་སྤྱིང་བ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པ་

བསྟན་བཅོས་ཤེས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་དང་། རོན་དམ་ཤེས་པ་སྒྲིང་བ་མངོན་དུ་  
 བྱེད་པ་མངོན་པར་ཤེས་པ་ཆོས་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་དང་། སྤངས་པ་ལ་བྱ་བའི་  
 མཐའ་ཤེས་པ་ཟད་མི་སྟེ། ཤེས་པ་གང་ཡིན་པ་དག་ནི་རང་གི་རོན་སྒྲིབ་པའི་དགོས་  
 པ་ཅན་ཡིན་ནོ། །གཞན་གྱི་ཁམས་དང་བག་ལ་ཉལ་ཤེས་པའི་གཞན་སེམས་ཤེས་  
 པ་དང་། ཤེས་བྱའི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཤེས་པའི་སྟོབས་བརྟུ་ཤེས་པ་གཉིས་ནི།  
 གཞན་གྱི་རོན་བསྒྲིབ་པའི་དགོས་པ་ཅན་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་གིས་ཤེས་པ་བརྟུ་གསུམ་  
 པོ་འདིའི་གྲངས་ངེས་པ་ཡང་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །མདོར་བསྟུས་ན་ཤེས་པ་འདི་  
 ཐམས་ཅད་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་དང་། རོན་དམ་ཤེས་པ་གཉིས་སུ་འགྱུར་དེ། འདི་  
 ལྟར་སོས་པ་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་གསུམ་དང་། གཞན་གྱི་བདག་ཉིད་ཤེས་པ་དང་།  
 རོན་ཆེན་པོ་འཇམ། སྟོབས་བརྟུ་ཤེས་པ་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །སོ་སོ་རང་  
 གི་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་བདུན་ནི་རོན་དམ་ཤེས་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །མཐར་ཐུག་པ་  
 ཤེས་པ་འཇམ། ཟད་མི་སྟེ་ཤེས་པ་ནི་བྱ་བའི་མཐའ་ལ་ཡོངས་སུ་གཅོད་པར་མི་བྱེད་  
 པའི་ཆེ་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་དང་། རོན་དམ་ཤེས་པ་ཡང་ཡིན་ལ། གང་གི་ཆེ་  
 བདག་གི་ཟག་པ་རྣམས་ཟད་དོ། །ཕྱི་མ་ལ་སྟུག་བསྟུ་ལ་རྣམས་མི་འགྱུར་པོ་སྟུམ་དུ་  
 བྱ་བའི་མཐའ་ལ་ཡོངས་སུ་གཅོད་པ་དེའི་ཆེ་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་དང་འཇིག་རྟེན་པ་  
 ཡང་ཡིན་ནོ། །གཉིས་ཀ་ཡང་ཟག་པ་མེད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་  
 རྣམས་ནི་འཇིག་རྟེན་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ལ། དེ་དག་མི་སྟོབ་པའི་རྒྱད་ལ་ཡོད་པ་རྣམས་  
 ནི་ཟག་པ་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །སྟོབ་པ་དང་བྱིས་པའི་རྒྱད་ལ་ཡོད་པ་རྣམས་ནི་ཟག་པ་

དང་བཅས་པ་ཡང་ཡིན་ནོ། །དོན་ཆེན་པོ་ཤེས་པ་ནི་འཇིག་རྟེན་པ་དང་། ཟག་པ་  
མེད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །

དོན་དམ་པ་ཤེས་པ་རྣམས་ནི་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་དང་། ཟག་པ་  
མེད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པའི་རང་བཞིན་གང་དོན་དམ་ཤེས་པའི་  
རོ་བོ་ནི་གང་ཞེ་ན། གཉིས་ཀ་ཡང་ཆོས་རབ་ཏུ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཤེས་རབ་ཏུ་  
མཚུངས་ཀྱང་གང་ཞིག་ཡུལ་ཀུན་རྫོབ་པ་ལ་འཇུག་པ་དང་བདེན་པའི་རྣམ་པ་ལ་  
འཇུག་ཀྱང་ཡུལ་ལ་སོ་སོར་རྟོགས་པར་བྱེད་འཇུག་བར་བྱེད། འདིའོ་ཞེས་རྣམ་པར་  
འཇིག་པར་བྱེད་པ་དེ་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་ཞེས་བྱའོ། །གང་ཞིག་བདེན་པའི་རྣམ་པ་  
མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་ཤིང་རྟོག་པ་དང་འཇུག་པ་སོགས་མི་བྱེད་པ་དེ་ནི་དོན་དམ་  
ཤེས་པ་ཞེས་བྱའོ། །གང་ཤེས་པར་བྱ་བའི་ཆོས་ནི་གཟུགས་སོགས་ཆོས་ཙམ་ཡིན་ལ།  
གང་གིས་ཤེས་པར་བྱེད་པ་པོ་ཡང་མོས་པ་ཤེས་པ་ལ་སོགས་ཤེས་པ་བཏུ་གསུམ་པོ་  
དེ་ཙམ་དུ་ཤེས་པ་ན། བདག་ཐོས་བསམ་གྱི་སྒྲོ་ནས་ཤེས་པ་པོ་དང་། སྒྲོ་བ་བྱུང་གི་  
སྒྲོ་ནས་མཐོང་བ་པོར་མངོན་པར་ཞེན་པ་སྤོང་ངོ་། །

གཉིས་པ་རྣམ་པར་ཤེས་པར་བྱ་བ་ནི་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ལ་སོགས་པ་ནི།  
དེ་ལ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ནི་སྒྲོ་ལཱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་ཏེ། དམིགས་པ་ལ་རྣམ་  
པར་མི་རྟོག་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྣམ་པར་རྟོག་པ་ནི་ཡིད་གྱིས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྟེ་  
དམིགས་པ་ལ་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་ཕྱིར། རྒྱ་ནི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྟེ།  
ཆོས་ཐམས་ཅད་གྱི་ས་བོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འཇུག་པ་ནི་དེ་ལས་གཞན་པའི་རྣམ་



ཤེས་ཉེན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་ལ་སོགས་པའོ། །རྒྱ་མཚན་ནི་དབང་པོ་དང་དོན་  
 རྣམས་སོ། །རྒྱ་མཚན་ལས་བྱུང་བ་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཆོགས་དྲུག་རྣམས་སོ། །མི་  
 མཐུན་པ་དང་། གཉེན་པོ་ནི་སེམས་འདོད་ཆགས་དང་བཅས་པ་འདོད་ཆགས་དང་  
 བྲལ་བ་ལ་སོགས་པའོ། །ཤིན་ཏུ་ཉོགས་པར་དཀའ་བ་ཕྱ་བའི་རྣམ་པར་རིག་པ་  
 བདུན་གྱིས་ཀྱང་རྣམ་པར་ཤེས་པར་བྱ་བར་ལྟ་སྟེ། མདོར་ན་རྣམ་པར་མི་ཉོག་པ་ལ་  
 སོགས་པ་དེ་དག་གི་སྒྲིད་ཡུལ་གང་ཡིན་པ་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡིན་ཅོ་ཞེས་པའི་  
 དོན་ཏོ། །ཕྱ་བའི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་བདུན་ནི་འདི་ལྟར། མི་རིག་སྣ་ཆོགས་ལྟན་ཅིག་  
 འབྱུང་། །གཉེན་པོ་བག་ཆགས་འཆོམས་སྒྲུབ་གྲོལ། །ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ལ་མི་རིག་  
 པའི་རྣམ་པར་རིག་པ་ཕྱ་བ་ནི། སྒྲིད་གྱི་རྣམ་པར་རིག་པ་སྟེ། དེ་ནི་དུས་བཅས་ཅད་  
 དུ་རྣམ་པ་ཡོངས་སུ་མ་ཆད་པར་འབྱུང་བས་ཡོངས་སུ་ཆད་པར་དཀའ་བའི་ཕྱིར་རོ། །  
 སྣ་ཆོགས་པའི་རྣམ་པར་རིག་པ་ཕྱ་བ་ནི་ཤེས་པ་གཅིག་ལ་དཀར་དམར་སྣ་ཆོགས་  
 པ་སྣང་བའི་རྣམ་པ་དེ་གཅིག་ཡིན་ན་སྣ་ཆོགས་པར་འགལ་ལ། སྣ་ཆོགས་ཡིན་ན་  
 ཤེས་པ་གཅིག་གི་ཆར་འགལ་བས་ཡོངས་སུ་བཅད་པར་དཀའ་བའོ། །ལྟན་ཅིག་  
 འབྱུང་བའི་རྣམ་པར་རིག་པ་ཕྱ་བ་ནི་རྒྱད་གཅིག་ལ་དུས་གཅིག་ཏུ་འཇུག་པའི་  
 འཇུག་ཤེས་རྣམས་ཡུལ་ལ་སོ་སོར་འཇུག་པ་གང་ཡིན་པ་ཡང་ཡོངས་སུ་གཅད་པར་  
 དཀའ་བའོ། །མི་མཐུན་པ་དང་གཉེན་པོའི་རིག་པ་ཕྱ་བ་ནི། ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་  
 འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་འཆིང་བ་དང་ལྟན་པའི་སེམས་དེ། གཉེན་པོ་སྒྲེས་པའི་  
 ཆེ་ཡུད་གྱིས་གྲོལ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་། ཡོངས་སུ་བཅད་པར་དཀའ་བ་ཡིན་ཅོ། །

བག་ཆགས་ཀྱི་རྣམ་པར་རིག་པ་ཕྱ་བ་ནི། ཀུན་གཞི་ལ་ཡོད་པའི་འཛིག་བྱེད་དག་  
མི་དག་སྤྱ་ཚོགས་ཀྱིས་བཞག་པའི་ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་རྣམས་ཐ་དད་དུ་མེད་  
བཞིན་དུ་རང་གིས་འབྲས་བུ་ཐ་དད་རིམ་གྱིས་འབྱེན་པ་གང་ཡིན་པ་ཡང་ཡོངས་སུ་  
བཅད་པར་དཀའ་བ་ཡིན་ལོ། །

ཉིང་འཆམས་སྟོར་བའི་རྣམ་པར་རིག་པ་ཕྱ་བ་ནི། འགྲོ་བ་དུ་མ་འགྲུབ་  
འགྲུར་གྱི་ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་རྒྱད་ལ་མཚུངས་པར་ཡོད་པ་ལ་གང་གི་ཆེ་འཆི་བའི་  
དུས་བྱེད་པ་དེའི་ཆེ་ལས་གང་རུང་གཅིག་གི་བག་ཆགས་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་ནས་འགྲོ་  
བ་གང་ཡང་རུང་བ་གཅིག་ཏུ་བློག་མར་ཉིང་འཆམས་སྟོར་བ་གང་ཡིན་པ་འདི་ཡང་  
ཡོངས་སུ་གཅད་པར་དཀའ་བ་ཡིན་ལོ། །གྲོ་ལ་བའི་རྣམ་པར་རིག་པ་ཕྱ་བ་ནི། དག་  
བཅོམ་པའི་སེམས་མཚོག་ཏུ་སྟོས་པ་མེད་པའི་ཚེས་ཉིད་བློབ་པ་བློག་མ་མེད་པ་ནས་  
འཁོར་བར་འདྲིས་པའི་ཟག་པ་དང་བཅས་སྟོན་པ་ཐམས་ཅད་ལས་ཤིན་ཏུ་འདས་ཏེ།  
རྣམ་པ་འདིས་འདུག་པ་ནི་ཡོངས་སུ་གཅད་པར་དཀའ་བ་ཡིན་ལོ། །རྣམ་པར་ཤེས་་  
པ་བརྒྱད་ཀྱི་བཟུང་བྱ་གང་ཡིན་པའི་ཕྱང་པོ་ཁམས་དང་སྟེ་མཆེད་ཐམས་ཅད་ཀྱང་  
རྣམ་པར་ཤེས་པར་བྱ་བ་དག་ཡིན་ལོ། །དེ་ལྟར་ན་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་གཅད་  
པར་བྱ་བ་རྣམས་ནི་ཤེས་པར་བྱ་བ་ཡིན་ལ་རྣམ་པར་ཤེས་པས་བཟུང་པར་བྱ་བ་ནི་  
རྣམ་པར་ཤེས་པར་བྱ་བ་ཡིན་ལོ་ཞེས་པ་ནི་བྱད་པར་རོ། །གང་གིས་རྣམ་པར་ཤེས་་  
པར་བྱེད་པ་པོ་དབང་པོའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམ་ཤེས་རྣམས་ཡིན་པར་  
ཤེས་པ་ན་བདག་མཐོང་བ་པོ་དང་བློས་པ་པོ་ལ་སོགས་པ་ཡུལ་རྣམ་པར་ཤེས་པར་

བྱེད་པ་པོར་མདོན་པར་ཞེན་པ་སྤྱོད་པ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་མདོན་པར་ཤེས་པར་བྱ་བ་ནི། མདོན་པར་ཤེས་པ་དྲུག་གི་སྤྱོད་  
ཡུལ་གང་ཡིན་པའོ། །དེ་ཡང་། རྣམ་མཁའ་ལ་སོགས་བཞུང་བུའི་ཡུལ་ཀུན་ཏུ་འགྲོ་  
བ་ཤེས་པ་རྩུ་འབྲུལ་གྱིས་མདོན་པར་ཤེས་པ་དང་། འགྲོ་བ་སྣ་ཚོ་གས་ཀྱི་སྒྲ་ཕྱ་  
རགས་བམས་ཅད་རྗེས་སུ་བློས་པ་ལྟའི་རྣ་བའི་མདོན་པར་ཤེས་པ་དང་། བ་རོལ་གྱི་  
སེམས་འདོད་ཆགས་དང་བཅས་པ་དང་། འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ལ་སོགས་པའི་  
སེམས་ཀྱི་སྤྱོད་ཡུལ་ལ་འདུག་པ་ཤེས་པ་གཞན་གྱིས་སེམས་ཤེས་པའི་མདོན་ཤེས་  
དང་། རང་དང་གཞན་གྱི་འདས་པའི་ཆོ་རབ་གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་རྒྱུད་དེ། འོང་བ།  
སྤོང་གྱི་གནས་རྗེས་སུ་དྲན་པའི་མདོན་ཤེས་དང་རང་དང་གཞན་གྱི་མ་འོངས་པའི་  
སྤྱོད་པར་འགྲོ་བ་ཤེས་པ་འཆི་འཕོ་དང་སྤྱོད་པ་ཤེས་པ་འཇམ། ལྟའི་མིག་གི་མདོན་པར་  
ཤེས་པ་དང་། ཁམས་གསུམ་ལས་གང་གིས་ངེས་པར་འབྱུང་བར་བྱེད་པའི་བྲབས་  
དང་། ངེས་པར་འབྱུང་བ་གང་ཡིན་པ་རྣམས་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་ཤེས་པ་ཟག་པ་ཟད་  
པའི་མདོན་པར་ཤེས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཡུལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མདོན་པར་ཤེས་པར་བྱ་བར་  
ལྟོ། །

དེ་ལ་རྩུ་འབྲུལ་གྱི་ཡུལ་ནི་གང་དེ་ཤེས་པའི་མདོན་པར་ཤེས་པའི་རང་  
བཞིན་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། གཅིག་དུ་འགྱུར་ཞིང་། མང་པོར་འགྱུར་བ་དང་། ཡོད་པ་མི་  
མདོན་པ་དང་། མེད་པ་སྒྲུལ་བར་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་རྩུ་འབྲུལ་གྱི་ཡུལ་ཡིན་ནོ། །  
ཡུལ་དེ་དག་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་སྤྱོད་པར་བྱེད་པའི་མཐུ་དང་ལྡན་པའི་ཤེས་རབ་



སྒྲོམས་པའི་འབྲས་བུ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་རྩུ་འཕྱུལ་གྱི་ཡུལ་ཤེས་པའི་མངོན་ཤེས་  
ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལ་རྩུ་འཕྱུལ་འདི་ནི་སྒྲེ་བས་ཐོབ་པ་ཡང་ཡོད། བསོད་ནམས་གྱི་  
ལས་ལས་སྒྲེས་པ་ཡང་ཡོད། །སྤྲུག་དང་སྤྲུག་ལ་སོགས་པའི་མཐུ་ལས་བྱུང་བ་  
ཡང་ཡོད། ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་མཐུ་ལས་བྱུང་བའང་ཡོད། དང་པོ་ནི་འདོད་པ་དང་  
གཟུགས་གྱི་ལྷ་རྣམས་གྱི་རྩུ་འཕྱུལ་དང་། ཡི་དགས་དང་། ཤ་བ་དག་གི་ལྷ་བྱའོ། །  
གཉིས་པ་ནི་རྒྱལ་པོ་ར་མ་ཁའི་ལྷ་བྱའོ། །གསུམ་པ་ནི་སྤྲུག་གྱི་མཐུའི་མཁའ་ལ་  
འགྲོ་བ་དང་། སྤྲུག་འགའ་ཞིག་བཟུང་བས་ནམ་མཁའ་ལ་འགྲོ་བ་དང་མི་སྣང་བར་  
འགྱུར་བ་ལྷ་བྱའོ། །བཞི་པ་ནི་རྣལ་འབྱོར་པ་རྣམས་གྱིས་མཐུ་གང་ཡིན་པ་སྟེ་དེ་ནི་  
མངོན་པར་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་གྲངས་སུ་འགྲོའོ། །

ལྷའི་རྣ་བ་ནི་གང་ལྷའི་རྣ་བའི་མངོན་པར་ཤེས་པ་ནི་གང་ཞེ་ན། ཏིང་  
འཛིན་བསྒྲོམས་པའི་སྟོབས་ལས་བྱུང་བ་མཉམ་པར་བཞག་པའི་སས་བསྐྱས་པའི་  
གཟུགས་ཅན་དང་། གང་ཞིག་ཟིན་པ་དང་མ་ཟིན་པའི་སྒྲུ་ཕྱ་རགས་ཀུན་རྫོབ་རྗེས་  
སུ་ཐོས་པ་ནི་ལྷའི་རྣ་བ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལ་བརྟེན་པའི་དབང་པོའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་  
ལམ་རྟུ་བྱུང་བའི་ཤེས་རབ་ནི་ལྷའི་རྣ་བའི་མངོན་པར་ཤེས་པ་ཞེས་བྱའོ། །ལྷའི་རྣ་  
བ་ཡང་སྒྲེ་བས་ཐོབ་པ་དང་། ལས་ལས་སྒྲེས་པ་དང་། སྒྲོམ་པ་ལས་བྱུང་བའོ། །  
དང་པོ་ནི་གཟུགས་ན་སྟོད་པའི་ལྷ་རྣམས་གྱིའོ། །གཉིས་པ་ནི་ལམ་ལོས་བསྐྱར་བ་  
དང་། སྟོན་པ་ཐ་མ་པའི་བྱང་རྩལ་སེམས་དཔའ་རྣམས་གྱི་ལྷ་བྱའོ། །གསུམ་པ་ནི་  
རྣལ་འབྱོར་པ་རྣམས་གྱི་མཐུ་མངོན་པར་ཤེས་པར་བགྲང་བའོ། །གཞན་གྱི་སེམས་

ཀྱི་རྣམ་གྲངས་ནི་གང་། དེ་ཤེས་པའི་མངོན་ཤེས་ནི་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། ས་རོལ་གྱི་  
 སེམས་འདོད་ཆགས་དང་བཅས་པ་དང་། འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་སོགས་ནི་  
 སེམས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལ་དམིགས་པའི་ཤེས་རབ་མཐུ་དང་ལྡན་པ་  
 སྒྲོམས་པའི་འབྲས་བུ་གང་ཡིན་པ་ནི་གཞན་གྱིས་སེམས་ཤེས་པའི་མངོན་ཤེས་ཞེས་  
 བྱའོ། །གཞན་གྱི་སེམས་ཤེས་པ་དེ་ཡང་སྒྲེ་བས་ཐོབ་པ་དང་། ལས་ལས་སྒྲེས་པ་  
 དང་། རྟོག་གེ་པ་རྣམས་ཀྱི་དང་། ལྷགས་ལས་སྒྲེས་པ་དང་། སྒྲོམ་པ་ལས་བྱུང་བ་  
 རྣམས་ཡོད། དང་པོ་ནི་ལྷ་ལ་སོགས་པ་ཁ་ཅིག་གི་འོ། །

གཉིས་པ་ནི་ཡི་དྲགས་དང་ཤ་ཟ་ལ་སོགས་པ་ཁ་ཅིག་གི་འོ། །གསུམ་པ་ནི་  
 ལུས་རག་གི་རྣམ་པར་རིགས་བྱེད་ལས་གཞན་གྱི་སེམས་ཀྱི་རྣམ་འགྱུར་ཤེས་པའོ། །  
 བཞི་པ་ནི་གསང་སྤྲགས་འགའ་ཞིག་གི་མཐུ་ལས་ཤེས་པའོ། །ལྷ་པ་ནི་རྣལ་འབྱོར་  
 པ་རྣམས་ཀྱི་སྒྲེ། མངོན་པར་ཤེས་པར་བགྱང་པའོ། །སྒྲོན་གྱི་གནས་ནི་གང་། དེ་  
 རྗེས་སུ་དྲན་པའི་མངོན་ཤེས་ནི་གང་ཞེ་ན་རང་དང་གཞན་གྱི་འདས་པའི་ཆེ་རབས་  
 རྣམས་ཀྱི་ལུས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་དུ་མ་ནི་སྒྲོན་གྱི་གནས། ཞེས་བྱའོ། །སྒྲོན་གྱི་གནས་  
 དེ་ནི་ད་པེར་ན་སད་པའི་ཆེ་མི་ལམ་དྲན་པ་ལྟར། སྒྲོན་ཇི་ལྟར་ཉམས་སུ་སྒྱུང་བ་  
 ལྟར་རྗེས་སུ་དྲན་པ་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་ཤེས་རབ་སྒྲོམ་པའི་མཐུ་ལས་བྱུང་  
 བ་ནི་སྒྲོན་གྱི་གནས་རྗེས་སུ་དྲན་པའི་མངོན་ཤེས་ཞེས་བྱའོ། །

སྒྲོན་གྱི་གནས་དྲན་པ་འདི་ལ་ཡང་། སྒྲེ་བས་ཐོབ་པ་དང་། ལས་ལས་  
 སྒྲེས་པ་དང་། སྒྲོམ་པ་ལས་བྱུང་བའོ། །དང་པོ་འདོད་པའི་ལྷ་དང་དམུལ་བ་པ་

ནམས་ཀྱི་འོ། །གཉིས་པ་ནི་མི་རང་བཞིན་གྱིས་ཆེ་རབས་དྲན་པ་ལྟ་བུ་འོ། །གསུམ་པ་ནི་རྣལ་འབྱོར་པ་ནམས་ཀྱི་མཛོད་ཤེས་སུ་བགྱང་བའོ། །འཆི་འཕོ་དང་སྐྱེ་བ་ནི་གང་། དེ་མཐོང་བའི་ལྟ་འཁྲིལ་གྱི་གང་། དེ་ལ་རྟེན་པའི་འཆི་འཕོ་དང་སྐྱེ་བ་ཤེས་པ་ལམ། ལྟ་འཁྲིལ་གྱི་མཛོད་ཤེས་ནི་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། སེམས་ཅན་གྱི་རིས་ཁ་དོག་བཟང་པོ་དང་། ངན་པ་དེ་དང་དེ་ནས་ཤི་འཕོས་ནས་མ་འོངས་པའི་སྐྱེ་བ་དེ་དང་དེར་ཉིང་འཆམས་སྒྱུར་བ་ནི་འཆི་འཕོ་བ་དང་སྐྱེ་བ་ཞེས་བྱ་འོ། །བསམ་གཏན་བསྒྲུབས་པའི་མཐུ་ལས་བྱུང་ཞིང་མཉམ་པར་བཞག་པའི་སས་བསྐྱུས་པའི་གཟུགས་དང་བ་གང་ཞེ་ག། །འཆི་འཕོ་དང་སྐྱེ་བ་དེ་ལྟ་བུ་མཐོང་བ་ལམ། ཡང་ན་སྐལ་བ་དང་མ་སྐལ་བའི་གཟུགས་ལྟ་རགས་ཐམས་ཅད་མཐོང་བ་གང་ཡིན་པ་ནི་ལྟ་འཁྲིལ་ཅེས་བྱ་འོ། །དེ་ལ་བརྟེན་པའི་དབང་པོའི་ཤེས་པ་དང་མཚུངས་པར་ལྟན་པའི་ཤེས་རབ་གང་ཡིན་པ་ནི། འཆི་འཕོ་དང་སྐྱེ་བ་ཤེས་པའི་མཛོད་ཤེས་དང་། ལྟ་འཁྲིལ་གྱི་མཛོད་ཤེས་ཞེས་བྱ་འོ། །ལྟ་འཁྲིལ་འདི་ཡང་། སྐྱེ་བས་ཐོབ་པ་དང་། ལས་ལས་སྐྱེས་པ་དང་། སྒོམ་པ་ལས་བྱུང་བ་གསུམ་ཡིན་ལ། དེ་དག་ནི་ལྟ་འཁྲིལ་པ་ལ་བཤད་པ་ལྟར་ཤེས་པར་བྱ་འོ། །དང་པོ་གཉིས་ཀྱི་ནི་བར་མ་དོའི་གཟུགས་མི་མཐོང་ལ། དེའི་ཕྱིར་འཆི་འཕོ་བ་དང་སྐྱེ་བ་མི་ཤེས་སོ། །

ཟག་པ་བཟད་པ་ནི་གང་། དེ་ཤེས་པའི་མཛོད་ཤེས་ནི་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། ཀུན་ཏུ་སྒྱུར་བ་མ་ལུས་པ་ཡོངས་སུ་གཏུགས་པ་ནི་ཟག་པ་བཟད་པ་ཞེས་བྱ་འོ། །འཇིག་རྟེན་པའི་བཟད་པ་དང་མི་སྐྱེ་བ་ཤེས་པ་གང་གིས་དེ་ཡོངས་སུ་གཏོང་ཅིང་ཤེས་པ་ནི་ཟག་



བ་ཟད་པའི་མངོན་པར་ཤེས་པ་ཞེས་བྱའོ། །དུག་པོ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཀུན་  
 རྫོབ་ཤེས་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་འཇིག་རྟེན་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །དང་པོ་ལྷ་  
 བྱིས་པ་དང་། སྒྲོབ་པའི་རྒྱད་ལ་ཡོད་པ་རྣམས་ནི་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་ཡིན་ནོ། །  
 མི་སྒྲོབ་པའི་རྒྱད་ལ་ཡོད་པ་རྣམས་ནི་ཟག་པ་མེད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །དུག་པ་ནི་མི་  
 སྒྲོབ་པའི་རྒྱད་ལ་འབྱུང་བའི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཟག་པ་མེད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །  
 དེ་ལ་དང་པོ་གསུམ་ནི་མངོན་པར་ཤེས་པ་ཁོ་ན་ཡིན་གྱི་རིག་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཕྱི་  
 མ་གསུམ་ནི་མངོན་པར་ཤེས་པ་ཡང་ཡིན་ལ། རིགས་པ་ཡང་ཡིན་ཏེ། དུས་གསུམ་  
 ལ་སྒྲོངས་པའི་གཉིན་པོ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་དག་དང་ལྷན་པའི་རྣལ་འབྱོར་པའི་  
 དུས་ལ་བབ་ན། དེ་ཉི་བར་སྟོན་པའམ། གནས་པའམ། གཞན་གྱི་དོན་ཀུན་ཏུ་སྤྱད་  
 པའམ། དེ་ལ་དྲི་བ་དྲིས་པའི་ལན་གང་བ་པས་མངོན་པར་ཤེས་པར་ཞེས་བྱའོ། །དེ་  
 ལ་དང་པོས་ནི་རྩ་འབྲུལ་གྱི་རྣམ་པ་དུ་མ་བསྟན་ནས་གཞན་མ་དད་པ་དད་པར་  
 བྱེད། དད་པ་རྣམས་གྲུས་པ་དང་རི་མོ་ཆེར་བསྐྱེད་པར་བྱེད་དོ། །གཉིས་པས་  
 གཞན་གྱི་རག་གི་སྒྲིད་པ་དག་བ་དང་མི་དག་བ་ཤེས་ཏེ། དེ་ལ་བསྐྱུལ་བར་བྱེད་  
 རངས་པར་བྱེད་དོ། །གསུམ་པས་གཞན་གྱི་སེམས་ཀྱི་རྒྱ་བ་དག་བ་དང་། མི་དག་  
 བ་ཀུན་ཤེས་པར་བྱས་ནས་ལེགས་པར་འདོམས་པར་བྱེད་དོ། །ཐ་མ་གསུམ་གྱིས་  
 ནི་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་རྟག་པའི་མཐའ་དང་ཆད་པའི་མཐའ་སྤངས་ནས། ཟག་པ་ཟད་  
 པ་ལ་མངོན་པའི་ང་རྒྱལ་མེད་པར་དབྱུ་མའི་ལམ་ལེགས་པར་སྟོན་ཅིང་། འདོམས་  
 པར་བྱེད་དོ། །མངོན་པར་ཤེས་པ་འདི་རྣམས་གང་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱབ་ཅི་ན། དང་པོ་

ལྷ་ནི་བསམ་གཏན་བཞིའི་དངོས་གཞིའི་སེམས་ཁོ་ན་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན་ལ། གཞན་  
པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཉེར་བསྟོགས་རྣམས་ནི་ཞིག་ནས་ཤས་རྒྱུར་བའི་ཕྱིར་དང་། གཟུགས་  
མེད་པ་རྣམས་ནི་ལྷ་ག་མཐོང་ཤས་རྒྱུར་བའི་ཕྱིར་ཡོན་ཏན་ཁུད་པར་ཅན་སྐྱབ་པའི་  
རྟེན་དུ་རུང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །

ཐ་མ་ནི་བསམ་གཏན་ས་དུག་དང་། གཟུགས་མེད་དང་པོ་གསུམ་ལ་  
བརྟེན་ཏེ། དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་དགྲ་བཙུམ་པའི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པ་སྤྱད་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
ལུས་ཀྱི་རྟེན་ནི་དང་པོ་ལྷ་ནི་གྲིང་གསུམ་གྱི་མི་དང་འདོད་པའི་ལྷ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱབ་པོ། །  
ཐ་མ་ནི་ཁམས་གསུམ་ཀའི་རྟེན་ལ་སྐྱབ་པོ། །ལུང་པོ་ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་ཐམས་  
ཅད་ཀྱང་མངོན་པར་ཤེས་པ་ཐ་མ་གསུམ་གྱི་ཡུལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །མངོན་པར་ཤེས་  
པར་བྱ་བ་དག་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་དང་ལྡན་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་ནི་མཐུ་དང་ལྡན་པ་  
ཞེས་བྱ་སྟེ། མདོ་སྟེ་རྒྱན་ལས། སྐྱེ་དང་རག་སེམས་དགེ་དང་མི་དགས་སྐྱེད། །དེའི་  
གནས་དང་འབྱུང་བ་མངོན་སུམ་གར། །ཤེས་པ་ཀུན་དུ་རབ་ཏུ་དབྱེ་བྱས་ལ། །  
ཐོགས་མེད་བསྟན་པ་ཐོབ་པའི་མཐུ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དེའི་ཕྱི་  
མཐུ་མངོན་པར་ཤེས་པ་དང་བཅས་པའི་ལུང་པོ་ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་ཚོས་ཅམ་དུ་  
ཤེས་པ་ན་བདག་ལ་མཐུ་མངོན་པར་ཤེས་པས་ཤེས་བྱ་ལམ་དེ་དང་བཅས་པར་  
མངོན་པར་ཞེན་པ་སྤང་ངོ། །གཟུགས་ཅན་སོགས་དུག་ཏུ་དབྱེ་བ་ལས། གཟུགས་  
ཅན་དངོས་ཀྱི་དབྱེ་བ་དང་། དངོས་བཏགས་བྱམ་མོང་གི་དབྱེ་བ་གཉིས་ལས། གོ་  
རིམ་བཞིན་དུ་དང་པོ་གཉིས་དང་། ལྷ་ག་མ་རྣམས་སོ། །ཕྱི་རོལ་དུ་བལྟས་པ་

སོགས་ནི་ཟིན་པའི་གཟུགས་ཅན་གྱི་དབྱེ་བའོ། །གཞན་རྣམས་ནི་ཟིན་མ་ཟིན་གཉིས་ཀ་ཐུན་མོང་བའོ། །མཉམ་པར་བཞག་པ་དང་མ་བཞག་པའི་བྱེ་བྲག་ལས་ནི་སྤྱི་ལྟས་དང་ནང་ལྟས་གཉིས་རྣམ་པར་བཞག་གོ། །སྤྱི་མའི་མཐའ་མི་མངོན་པ་ལས་ནི་ཡུན་རིང་བ་རྣམ་པར་བཞག་གོ། །དེ་མངོན་པ་ལས་དུས་ཡོངས་སུ་ཆད་པ་དང་། དེའི་དུས་རྣམ་པར་བཞག་སྟེ། དེ་དག་ཀྱང་སྒྲེ་བ་གཞན་དང་འབྲེལ་བ་དང་། མ་འབྲེལ་བའི་བྱེ་བྲག་ལས་གོ་རིམ་བཞིན་ནོ། །གཞན་ལ་གཟུགས་ཅན་ལྟར་སྒྲུབ་པ་ལས་ནི་ངེས་པར་སྟོན་པའོ། །དགའ་བའི་ཀུན་འབྱུང་བ་དང་། རྗེས་སུ་འབྲེལ་བ་དག་ནི་གཟུགས་འབྲས་བུ་ཡོད་པའི་སྤྱིར་གཟུགས་ཅན་དུ་རྣམ་པར་བཞག་ལ་འབྲེལ་བ་ནི་རྟེན་དུ་ཡོད་པ་དང་། རྟོག་པ་དང་གོ་བར་བྱེད་པ་ནི་ཡུལ་དུ་ཡོད་པ་དང་། གཞོད་པར་བྱ་བ་ནི་གཟུགས་ཀྱི་ངེས་ཆོག་འཇུག་པའི་སྤྱིར་གཟུགས་ཅན་དུ་རྣམ་པར་བཞག་གི། །གཟུགས་མཆོན་ཉིད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ལྟག་མ་རྣམས་ནི་གཟུགས་མཆོན་ཉིད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་གཟུགས་དེའི་བདག་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར། གཟུགས་ཅན་ཡིན་གྱི་གཟུགས་གཞན་དང་ལྡན་པས་གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པ། དཔེར་ན་མེ་ཆ་བ་ཅན་ཆུ་གཤེར་བ་ཅན་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །

འབྱུང་བ་རྟེན་དུ་གྱུར་པ་ནི་གཟུགས་གཞན་དང་ལྡན་པའི་སྤྱིར་ཡང་གཟུགས་ཅན་ཞེས་བྱ་སྟེ། དཔེར་ན་སྒྲེས་བུ་དོ་ཤལ་དང་ལྡན་པ་ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །དེ་བས་ན་འབྱུང་བ་དང་འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་པ་རྣམས་ནི་རང་ཉིད་གཟུགས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཡང་གཟུགས་ཅན་ཡིན་ལ། གཟུགས་གཞན་དང་ལྡན་པའི་སྤྱིར་



ཡང་གཟུགས་ཅན་ཡིན་ཏེ། རྒྱུ་བྱས་པའི་གཟུགས་རྣམས་ནི་འབྱུང་བའི་གཟུགས་  
དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར་དང་། འབྱུང་བ་རྣམས་ཀྱང་ཕན་ཚུན་ལྡན་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
གཟུགས་ཅན་དངོས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ནི། དེ་ཙམ་དུ་ཟད་མོད། འདི་མན་ཆད་ནི་གདུལ་  
བྱའི་ཤེས་རབ་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་རྣམ་པའི་རབ་དབྱེ་ཙམ་དུ་བྱས་པའོ། །འདོད་པ་དང་  
གཟུགས་ན་སྟོན་པ་དག་ནི་གཟུགས་ལ་མངོན་པར་དགའ་བའི་ཀུན་འབྱུང་བ་ཅན་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར་གཟུགས་ཅན་ཡིན་ལོ། །དགའ་བའི་ཀུན་འབྱུང་བ་ནི་གཟུགས་ལ་  
ཆགས་པའི་སྤེད་པ་སྟེ། དེ་ལས་གཟུགས་མངོན་པར་འགྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཁང་  
བཟངས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ནི་ཤར་ལ་སོགས་པའི་ཕྱོགས་ཀྱི་ཆ་ཤས་དང་བཅས་  
པའི་ཕྱིར་དང་། ཡུལ་གོ་ས་རྣམས་སུ་ལུས་རྒྱས་པར་བྱབ་པའི་ཕྱིར་དང་ཡུལ་ཆེ་གོ་  
ན་འདུག་གོ་ཞེས་ཉེ་བར་བསྟན་དུ་རུང་བའི་ཕྱིར་དང་། ཡུལ་ལམ་ཕྱོགས་འགའ་  
ཞིག་དུ་སྒྲོས་སྟོན་ཡུལ་དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་དང་། སྒྲེས་བྱ་གཉིས་ལ་སོགས་པས་བྱན་  
མོང་དུ་སྦྱད་ཡུལ་དུ་མཚུངས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་ཡང་གཟུགས་ཅན་དུ་ལྟོའོ། །  
གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པ་རྣམས་ནི་རང་གིས་སྟོང་བ་ལྟར་གཞན་གྱིས་ཤེས་པར་མི་  
རྒྱས་པའི་ཕྱིར་གཉིས་ཀྱི་སྟོན་ཡུལ་དུ་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ལོ། །དབང་པོའི་རྣམ་པར་  
ཤེས་པ་རྣམས་ནི་དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་ཉེན་དུ་འབྲེལ་བའི་ཕྱིར་དང་། གཟུགས་  
མེད་པའི་སོ་སོ་སྟེ་བོ་རྣམས་ལ་ཡང་གཟུགས་ཀྱི་ས་བོན་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བའི་ཕྱིར་  
གཟུགས་ཅན་དུ་ལྟོའོ། །ཉོག་པ་རྣམས་ནི་གཟུགས་ཀྱི་དམིགས་པ་ལ་རབ་དུ་ཉོག་  
པའི་ཕྱིར་དང་། ལུང་པོ་ལྷ་ཀ་ཡང་། ལག་པ་ལ་སོགས་པས་ཀུན་དུ་རེག་པ་དང་།

མུ་རན་ལ་སོགས་པས་ཇི་ལྟར་རིག་པར་གཞོན་པར་བྱར་རུང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་།  
གཟུགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་སོགས་སྟོན་པར་བྱེད་པའི་རག་ལ་སོགས་པ་ནི་དེ་གོ་བར་  
བྱེད་པའི་ཕྱིར་གཟུགས་ཅན་དུ་ལྟ་བའོ། །

རགས་པ་རྣམས་ནི་རྩེ་ས་ཀྱི་རྩལ་ཕྱ་རབ་བསགས་པར་རྣམ་པར་བཞག་  
པའི་ཕྱིར་ཡང་གཟུགས་ཅན་ཡིན་ལོ། །ཕྱི་རོལ་དུ་ལྟས་པ་ནི་འདོད་པ་ན་སྟོན་པའི་  
གཟུགས་ཏེ། འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་ལ་བྱེད་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །ནང་དུ་ལྟས་  
པ་ནི་གཟུགས་ན་སྟོན་པ་རྣམས་ཀྱི་གཟུགས་ཏེ་སྟོམས་འཇུག་ལ་བྱེད་པ་ལས་བྱུང་  
བའི་ཕྱིར་རོ། །རྒྱུན་རིང་བ་བྱིས་པ་རྣམས་ཀྱི་གཟུགས་ཏེ། སྟོན་དང་ཕྱི་མའི་མཐའ་ངེས་  
པར་མི་ཟེན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དུས་ཡོངས་སུ་ཆད་པ་ནི་སྟོབ་པ་རྣམས་ཀྱི་གཟུགས་ཏེ།  
ཕྱི་མའི་མཐའ་ངེས་པར་ཟེན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་དུས་ནི་དགྲ་བཙུན་པ་རྣམས་ཀྱི་  
གཟུགས་ཏེ། ཆོ་དེ་བ་ཙམ་ཞིག་ལུས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ངེས་པར་སྟོན་པ་ནི་སངས་རྒྱས་  
དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དབང་ཤོབ་པ་རྣམས་ཀྱི་སྟེ། གཞན་སྣང་དུ་སྟོན་པ་ཙམ་  
དུ་བྱང་གི་ཇི་ལྟར་བསྟན་པ་དེ་ཁོ་ན་བཞིན་དུ་དོན་ལ་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །དངོས་  
བདག་མ་ཕྱི་བར་ཐམས་ཅད་ཀྱང་གཟུགས་ཅན་ཡིན་ལ། ཕྱི་ན་ཅི་རིགས་སུ་སྒྱུར་ཏེ།  
གཟུགས་ཀྱི་ཕྱང་པོ་དང་གཟུགས་ཅན་གྱི་ཁམས་དང་སྟེ་མཆེད་བཅུ་དང་། ཆོས་ཀྱི་  
ཁམས་དང་། སྟེ་མཆེད་ཀྱི་ཕྱོགས་གཅིག་གཟུགས་ཅན་ཡིན་ལོ། །གཟུགས་ཅན་  
ཆོས་ཙམ་དུ་ཤེས་པས་བདག་ལ་དེར་མངོན་པར་ཞེན་པ་སྒྲུང་རོ། །གཟུགས་ཅན་མ་  
ཡིན་པ་ནི་གཟུགས་ཅན་ལས་བསྐྱེད་པ་སྟེ། དེ་ཡང་། ཁ་ཅིག་ནི་དོན་བསྐྱེད་ །ཁ་

ཅིག་གཉིས་ཀ་བརྒྱུག་ཏེ་བཤད་དོ། །དེ་ལ་གཟུགས་དེའི་བདག་ཉིད་མ་ཡིན་པ་ནི་  
འབྱུང་བ་དང་འབྱུང་འགྱུར་མ་གཏོགས་པ་ཐམས་ཅད་དོ། །འབྱུང་བ་རྟེན་དུ་མ་གྱུར་  
པ་ནི་འབྱུང་འགྱུར་གྱི་གཟུགས་མ་གཏོགས་པ་རྣམས་སོ། །གཟུགས་ལ་མངོན་པར་  
དགའ་བའི་ཀུན་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་པ་ནི། གཟུགས་མེད་ཁམས་རྣམས་སོ། །

ཐྱོགས་དང་བཅས་པ་མ་ཡིན་པ་ནས་སྤྱོད་ཡུལ་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་པ་ནི།  
གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པ་ཐམས་ཅད་དོ། །གཟུགས་དང་འབྲེལ་བ་མ་ཡིན་པ་ནི་ཡིད་  
གྱི་ཤེས་པ་དང་ཀུན་གཞི་ལ་སོགས་པ་དབང་ཤེས་ལའོར་བཅས་མ་གཏོགས་པའོ། །  
གཟུགས་གྱི་ས་བོན་རྗེས་སུ་མ་འབྲེལ་བ་ནི་གཟུགས་མེད་པར་སྐྱེས་པའི་འཕགས་  
པའོ། །རབ་རྟེན་ཏྲིག་པ་དང་། གོ་བར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པ་ནི་གཟུགས་གྱི་ཡུལ་ཅན་གྱི་  
སྒྲ་དང་རྟེན་པ་བོར་བ་རྣམས་སོ། །འདི་དག་ཆོག་མི་ལྟོག་པར་དོན་བརྒྱུག་ཏེ། འཆད་  
པ་ནི་མི་འཐད་ཏེ། འདིར་གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པ་ནི་སྒྲར་གྱི་གཟུགས་ཅན་བཀག་  
པའི་སྒྲོ་ནས་ཤེས་པར་བྱེད་ཀྱི་གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་ཆོས་གཞན་འབྲེལ་བར་  
སྒྲུབ་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ལོ། །གཞོན་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་ནི་རིག་པའི་གཟུགས་རུང་  
མ་གཏོགས་པ་ཐམས་ཅད་དོ། །བསགས་པ་རྣམས་པར་བཞག་པ་མ་ཡིན་པ་ནི་རགས་  
པ་མ་གཏོགས་པ་རྣམས་སོ། །ཕྱི་རོལ་དུ་ལྷས་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་ཆོག་དེ་ཉིད་  
གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱང་བོ་སོགས་ལ་སྒྱུར་སྟེ་ཇི་ལྟར་རིགས་པར་བཤད་པར་  
བྱའོ། །དངོས་བཏགས་མ་སྟེན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པ་དག་གོ། །  
སྟེན་ཅི་རིགས་སུ་སྒྱུར་ཏེ་གོ་སྒྲའོ། །གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པ་ཆོས་ཙམ་དུ་ཤེས་པས་



བདག་དེར་མངོན་པར་ཞེན་པ་སྤང་ངོ། །བསྟན་དུ་ཡོད་པ་དངོས་ནི་མིག་གི་སྒྲིབ་  
ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་དོན་སྟེ། དེ་ནི་འདི་ནའོ་ཞེས་སོགས་ཡུལ་གོ་སར་སྒྲོས་དབྱེད་དེ་  
བསྟན་དུ་རུང་བའི་བྱིར་རོ། །ལྷག་མ་དངོས་བཏགས་མ་བྱེ་བའི་རབ་དྲུ་དབྱེ་བ་ནི་  
གཟུགས་ཅན་ལྟར་ཤེས་པར་བྱའོ། །

དེ་ལ་བསྟན་ཡོད་ཀྱི་བདག་ཉིད་ནི་གཟུགས་ཀྱི་སྒྲིབ་མཆེད་དོ། །བསྟན་ཡོད་  
རྟེན་དུ་གྱུར་པ་ནི་མིག་ཤེས་མཚུངས་ལྡན་དང་བཅས་པའོ། །བསྟན་ཡོད་ལ་དགའ་  
བའི་ཀུན་འབྱུང་བ་ཅན་ནི་ཁམས་འོག་མ་གཉིས་ཀའོ། །བྱོགས་དང་བཅས་པ་ལ་  
སོགས་པ་ནི་བསྟན་ཡོད་དངོས་ཡིན་ནོ། །འབྲེལ་བ་ནི་མིག་གི་རྣམ་ཤེས་རྣམས་སོ། །  
གཞན་རྣམས་ནི་གཟུགས་ཅན་ལྟར་བཤད་དོ། །དངོས་བཏགས་བྱེ་ན་ཅི་རིགས་སུ་  
སྒྱུར་ཏེ། གཟུགས་ཀྱི་སྒྲིབ་མཆེད་ཁོ་ན་བསྟན་ཡོད་ཡིན་ནོ། །བསྟན་ཡོད་ཆོས་ཙམ་དུ་  
ཤེས་པ་ན་བདག་མིག་གི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་བསྟན་ཡོད་དུ་མངོན་པར་ཞེན་པ་སྤང་ངོ། །  
བསྟན་ཡོད་དངོས་མིག་གི་ཡུལ་ལས། འོག་པ་ནི་བསྟན་མེད་དངོས་ཡིན་ལ། ལྷག་  
མ་དངོས་བཏགས་མ་བྱེ་བའི་རྣམ་པའི་རབ་དྲུ་དབྱེ་བ་ཡང་སྤྲུལ་ལྟར་ཤེས་པར་བྱའོ། །  
དེ་ལ་བསྟན་མེད་ཀྱི་བདག་ཉིད་ནི། གཟུགས་ཀྱི་སྒྲིབ་མཆེད་བོར་བ་རྣམས་སོ། །  
བསྟན་ཡོད་རྟེན་དུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་མིག་ཤེས་མཚུངས་ལྡན་དང་བཅས་པ་བོར་བ་  
རྣམས་སོ། །ལྷག་མ་རྣམས་ནི་གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པ་ལྟར་བཤད་པར་བྱའོ། །  
དངོས་བཏགས་བྱེ་ན་ཅི་རིགས་སུ་སྒྱུར་ཏེ་གཟུགས་ཀྱི་སྒྲིབ་མཆེད་མ་གཏོགས་པ་  
ཐམས་ཅད་བསྟན་མེད་དངོས་ཡིན་ནོ། །མིག་གི་ཡུལ་མ་ཡིན་པའི་བསྟན་མེད་ཆོས་

ཅམ་དུ་ཤེས་པ་ན་བདག་དེར་མཛོན་པར་ཞེན་པ་སྤོང་ངོ་། །ཐོགས་བཅས་ལ་གསུམ་  
 གྱིས་དང་པོ་དངོས་བཏགས་མ་ཕྱེ་བར་བསྟན་པ་ནི། བསྟན་ཡོད་དངོས་བཏགས་མ་  
 ཕྱེ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ནི་དངོས་བཏགས་མ་ཕྱེ་བའི་ཐོགས་པ་དང་བཅས་པ་ཡང་  
 དེ་ཡིན་ནོ། །མཚན་ཉིད་པ་ཚུལ་གཞན་གྱིས་བསྟན་པ་ནི་ཡང་རིགས་ལ་སོགས་པ་  
 རྣམ་པ་གསུམ་གྱིས་ཐོགས་བཅས་མཚན་ཉིད་པར་ལྟ་སྟེ། དེ་ལ་གང་པམ་ཚུན་སྒྲིབ་  
 པར་བྱེད་པ་རྩིག་པ་དང་། སྒྲིབ་པར་བྱ་བ་འོད་ལ་སོགས་པ་ནི། རིགས་ཀྱི་ཐོགས་པ་  
 དང་བཅས་པ་ཡིན་ཏེ། རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་ཐོགས་པ་དང་བཅས་པར་སྒྲེས་པའི་བྱིར་རོ། །  
 རྟུལ་ཕྱ་རབ་ལས་གོང་མ་རགས་པ་རྣམས་ནི་རྒྱས་པའི་ཐོགས་པ་དང་བཅས་པ་ཡིན་ཏེ།  
 རང་གི་ལུས་གོ་ས་བྱུང་བར་རྒྱས་པ་ལས་གཞན་གྱི་གོ་འགགས་པའི་བྱིར་རོ། །རྟུལ་  
 ཕྱ་རབ་ནི་གོ་ས་ནོན་པའི་མཐུ་མེད་པའི་བྱིར་ཐོག་མེད་ཡིན་ནོ། །

ཟིན་པའི་ལུས་གང་ཉིད་ངེ་འཛིན་གྱི་དབང་གིས་མ་བསྐྱར་བའི་གཟུགས་  
 ནི་ཡོངས་སུ་སྤྱང་བ་མ་བྱས་པའི་ཐོགས་པ་དང་བཅས་པ་ཡིན་ཏེ། ཉིད་ངེ་འཛིན་  
 གྱིས་ཡོངས་སུ་སྤྱང་བ་བྱས་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་རྣམས་ཀྱི་ལུས་ནི་ར་བ་དང་རྩིག་པ་  
 ལ་སོགས་ལ་ཐོག་པ་མེད་པར་འཇུག་པའི་བྱིར་རོ། །དཔེར་ན་སེམས་མཉམ་པའི་  
 ལྟ་བཞིན་ཏེ། ལྟ་སེམས་མཉམ་པ་མི་འགྱུར་བ་དེ་རྣམས་ཀྱིས་ངེ་ལྟར་སྤྱང་བུའི་རྩེ་  
 མོས་སྤྱག་པའི་ཁྱོན་ཅམ་གྱི་ཕྱོགས་སུ་དེ་རྣམས་ལ་ཁོད་ཀྱང་གཅིག་ལ་གཅིག་ཐོགས་  
 པ་མེད་ཅེས་བསྟུ་བར་བཤད་པ་ལྟར་རོ། །སྤྲུལ་ཚུལ་གཞན་གྱིས་བཤད་པ་ནི་ཡང་  
 རབ་ཏུ་འབྱུག་ཅིང་ཁོང་ཁྱོ་སྒྲེ་བའི་གཞིའི་གནས་སུ་གྱུར་པའི་བྱིར་ཡང་ཐོགས་པ་

དང་བཅས་པར་ལྟ་སྟེ། རྩ་ཏི་གྲུ་ཞེས་པ་ཁོང་ཁྱོད་དང་ཐོགས་པ་གཉིས་ག་ལ་འདུག་  
 པའོ་ཞེས་སོ། །ཐོགས་བཅས་ཀྱི་དོན་འདིས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཐོགས་པ་དང་བཅས་  
 པ་དག་གོ། །ཡང་ན་ཅི་རིགས་སུ་སྦྱར་ཏེ། ཆོས་ཀྱི་སྒྲེ་མཆེད་པའི་གཟུགས་ལ་  
 གཏོགས་པའི་གཟུགས་ཅན་གྱི་ཁམས་དང་སྒྲེ་མཆེད་ཁོ་ན་ཐོགས་པ་དང་བཅས་  
 པར་ལྟའོ། །ཐོགས་བཅས་ཆོས་ཅམ་དུ་ཤེས་པ་ན་བདག་ལ་ཐམས་ཅད་དུ་སོང་བ་  
 མ་ཡིན་པ་ཐོགས་པ་དང་བཅས་པར་མངོན་པར་ཞེན་པ་སྤང་ངོ་། །རི་སྐད་བཤད་  
 པའི་ཐོགས་པ་དང་བཅས་པ་ལས་སྒྲོག་པ་ནི་ཐོགས་པ་མེད་པར་རྣམ་པར་བཞག་གོ། །  
 དེ་ལ་གང་གི་ཆེ་བསྟན་ཡོད་ཐོགས་བཅས་སུ་བྱེད་པ་དེའི་ཆེ་བསྟན་མེད་རྣམས་  
 ཐོགས་མེད་དུ་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །དངོས་བཏགས་མ་སྟེ་ན་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཡིན་ལ་སྟེ་ན། ཅི་རིགས་སུ་སྦྱར་ཏེ། ཆོས་ཀྱི་སྒྲེ་མཆེད་པའི་  
 གཟུགས་དང་། མིང་གཞིའི་སྤང་བོ་དང་འདུས་མ་བྱས་ཀྱིས་བསྟུས་པ་རྣམས་ཁོ་ན་  
 ཐོགས་མེད་ཡིན་ནོ། །ཐོགས་མེད་ཆོས་ཅམ་དུ་ཤེས་པ་ན་བདག་ལ་ཐམས་ཅད་དུ་  
 སོང་བའི་ཐོགས་མེད་དུ་མངོན་པར་ཞེན་པ་སྤང་ངོ་། །

ཟག་བཅས་སོགས་བཅུ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་ལ། རེ་ཞིག་ཟག་པ་ནི་འདོད་  
 ཆགས་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ཏེ། འདི་དག་ནི་སྒྲེ་མཆེད་དུག་གི་མའི་  
 སྒྲོ་ནས་ཡུལ་རྣམས་ལ་འཕྲོ་ཞིང་འཇག་པའི་སྤྱིར་ཟག་པ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལྟ་བུའི་  
 ཟག་པ་དེ་དང་བཅས་པར་ནི་སྒྲོ་དུག་གིས་འཇོག་སྟེ། འདི་ལྟར་ཉོན་མོངས་པ་དང་  
 ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ནི་ཟག་པ་དེའི་བདག་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཟག་པ་དང་



བཅས་པར་འཛོག་གི་ཟག་པ་དོན་གཞན་དང་འབྲེལ་བའི་ཕྱིར་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་  
དག་དང་མཚུངས་པར་ལྷན་པའི་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་དེ་དག་ནི་  
གནས་དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་རྣམས་ནི། ཟག་པ་དེ་དག་དང་འབྲེལ་བའི་ཕྱིར་དང་།  
བྱིས་པ་རྣམས་ཀྱི་དགོ་བ་རྣམས་ནི་མ་རིག་པ་དང་། བདག་ཏུ་ལྷ་བའི་དབང་གིས་  
ཡང་སྤྲོད་འགྲུབ་པར་བྱེད་པས་ཟག་པ་རྣམས་ཀྱིས་བཅིངས་པའི་ཕྱིར་དང་། ས་  
གོར་མའི་བྱིས་པ་རྣམས་ལ་ཡང་འོག་མའི་ཟག་པའི་ས་བོན་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བའི་  
ཕྱིར་དང་། གང་ཞིག་སྤྲོད་པ་ལ་རྒྱབ་ཀྱིས་སྤྱོད་པ་མ་ཡིན་པ་དེ་དག་ནི་ཟག་པ་  
འབྲེལ་བ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་ཕྱིར་དང་། དག་བཅོམ་པ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པར་  
སྤྲོན་པའི་ཕྱུང་པོ་རྣམས་ནི་སྤོན་ཀྱི་ཟག་པའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བའི་ཕྱིར་ཟག་པ་དང་  
བཅས་པར་ལྷོ། །དེ་ལ་ངེས་པར་འབྱེད་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་རྣམས་ནི་ཟག་པའི་  
གནས་ངན་ལེན་དང་ལྷན་དུ་བྱིན་ཀྱང་སྤྲོད་པ་ལ་རྒྱབ་ཀྱིས་ལྷས་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཟག་  
པའི་གཉེན་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཟག་པ་འབྲེལ་བ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་དང་པོ་བཅོ་ལྔ་དང་། བཅུ་དང་། ཁམས་དང་སྐྱེ་  
མཆེད་ག་མ་གསུམ་དང་། གཉིས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་གཅིག་ལས་ཀྱི་བདེན་པ་འཁོར་དང་  
བཅས་པ་དང་། འདུས་མ་བྱས་མ་གཏོགས་པ་རྣམས་ནི་བཤད་མ་ཐག་པའི་སྒྲི་དུག་  
པོ་གང་ཡང་རུང་བའི་སྒྲི་ནས་ཟག་པ་དང་འབྲེལ་བའི་ཕྱིར་ཟག་པ་དང་བཅས་པར་  
ལྷོ། །ཟག་པ་དང་བཅས་པ་ཆོས་ཅམ་དུ་ཤེས་པ་ནི་བདག་དེར་ཞེན་པ་སྤང་ངོ་། །  
ཇི་སྒྲི་བཤད་པའི་ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་འཛོག་བྱེད་སྒྲི་དུག་པོ་དང་འབྲེལ་བ་

ལས་བསྒྲོག་པ་ནི་ཟག་པ་མེད་པ་ཡིན་ཅོ། །དེ་ལ་བསྒྲོག་པའི་དོན་ཟག་མེད་དེའི་  
བདག་ཉིད་དང་ཞེས་སོགས་འཆད་པ་ནི་བསྒྲོག་པའི་དོན་མ་ཡིན་ཅོ། །ཞེས་སྐར་  
གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པ་འཆད་པ་ན་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་མ་གཏོགས་པ་ཐམས་  
ཅད་དོ། །ཟག་པ་དང་མ་འབྲེལ་བ་ནི་ཟག་པའི་གནས་དང་མཚུངས་ལྡན་དུ་གྱུར་པ་  
མ་ཡིན་པ་ཐམས་ཅད་དོ། །ཟག་པས་མ་བཅིངས་པ་ནི་དགྲ་བཙོམ་པ་རྣམས་ཀྱི་  
ལུས་རག་གི་ལས་རྣམས་སོ། །ཟག་པའི་ས་བོན་རྗེས་སུ་མ་འབྲེལ་བ་ཡང་དགྲ་  
བཙོམ་པ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་རྣམས་སོ། །ཟག་པ་འབྲེལ་བ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པ་  
མ་ཡིན་པ་ནི་ངེས་པར་འབྱེད་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་ལ་སོགས་པ་སྤྱིད་པ་ལ་རྒྱབ་  
ཀྱིས་ལྷས་པའི་དངོས་པོ་རྣམས་སོ། །ཟག་པའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ་མ་ཡིན་པ་ནི་ཚུལ་  
བྲིམས་དང་ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་སྤྱང་པོ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་སོ། །དེ་ལྟར་ན་ཟག་པའི་  
སྒོ་དྲུག་པོ་འདི་དག་གང་རུང་ངེ་ངེ་དང་མ་འབྲེལ་བ་ཡང་རྣམ་གྲངས་པའི་ཟག་མེད་  
ཡིན་མོད་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་ཟག་པ་མེད་པ་ནི་མ་ཡིན་ཅོ། །གང་ལ་ཟག་པའི་  
སྒོ་དྲུག་པོ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་དེ་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་ཟག་པ་མེད་པ་ཁོ་ན་  
ཡིན་ཅོ། །ཉེ་བར་ལེན་པ་མེད་པའི་སྤྱང་པོ་ལྷ་ནི་ཟག་པ་མེད་པའི་གཟུགས་ཀྱི་སྤྱང་པོ་  
ལ་སོགས་པ་སྟེ། དེ་དག་གྲང་ཟག་མེད་ཀྱི་སྒོ་མ་པ་དང་། འཛིན་ཉེན་ལས་འདས་  
པའི་ལམ་གྱི་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་དང་ཅི་རིགས་པར་སྦྱར་རོ། །

ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་ཐ་མ་གསུམ་དང་གཉིས་ཀྱིས་སྦྱོགས་ནི་ལམ་གྱི་  
བདེན་པ་འདུས་མ་བྱས་སོ། །ཟག་པ་དང་བྲལ་བ་ཆོས་ཅན་དུ་གྱེས་པ་ན་བདག་དེར་

མདོན་པར་ཞེན་པ་སྤང་དོ། ། གང་ལ་བརྟེན་ནས་རལ་གྱི་ལ་སོགས་པའི་མཚོན་ཆ་  
ལེན་པ་དང་། ལུས་དང་ལོངས་སྤྱོད་ལ་ཆད་པས་གཅོད་པ་དང་། ལུས་རག་པར་  
ཚུན་འཐབ་ཅིང་ཚུད་པ་དང་། སྦྱོན་བརྗོད་པས་མཚང་འབྲུ་བ་དང་། ཚུད་པ་དེ་མི་  
བཟོད་པ་དང་། ཞལ་ཆེའི་གྲར་ཤགས་འབྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་འཐབ་པའི་དངོས་པོ་  
གང་ལས་བྱུང་བའི་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་ནི་འཐབ་པའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
འཐབ་པ་ཞེས་བྱ་ལ་དེ་དག་གང་ལ་དེའི་བདག་ཉིད་ལ་སོགས་པ་སྒོ་དྲུག་གི་སྒོ་ནས་  
འབྲེལ་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ནི་འཐབ་པ་དང་བཅས་པར་ལྟའོ། །འདོད་ཆགས་ལ་  
སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ཟག་པ་ཡང་ཡིན་ལ་འཐབ་པ་ཡང་ཡིན་པ་དེའི་  
ཕྱིར་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་ལ་དངོས་པོའི་རྐང་གྲངས་ཇི་སྟེད་ཡོད་པར་འཐབ་པ་  
དང་བཅས་པ་ལ་ཡང་དེ་སྟེད་དོ། །ཁམས་གོང་མ་གཉིས་ཀྱི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ནི་  
ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་རྩེ་ཅིལ་བའི་ཕྱིར་འཐབ་པའི་རྒྱ་མི་བྱེད་མོད་འོན་ཀྱང་འཐབ་པའི་  
རྒྱར་གྱུར་པ། འདོད་པའི་ཉོན་མོངས་པའི་ས་བོན་རྗེས་སུ་འབྲེལ་པས་དེའི་ཕྱིར།  
འཐབ་པ་དང་བཅས་པར་ལྟའོ། །དེ་ལྟར་ན་འཐབ་པའི་བདག་ཉིད་ནི་འདོད་པའི་  
ཉོན་མོངས་པ་དང་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་སོ། །

དེ་དང་འབྲེལ་བ་དེ་དག་མཚུངས་པར་ལྟན་པའི་སེམས་དང་སེམས་ལས་  
བྱུང་བའི་ཆོས་རྣམས་སོ། །དེས་བཅིངས་པ་ཡང་འདོད་པ་ན་སྤྱོད་པའི་དགོ་བ་  
རྣམས་དང་དེའི་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བ་ནི་ཁམས་གོང་མ་གཉིས་ཀྱི་ཟག་པ་དང་བཅས་  
པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་དོ། །དེ་འབྲེལ་བ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པ་ནི་འདོད་པའི་ཆོས་



ཐམས་ཅད་དོ། །དེའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ་ནི་འདོད་པའི་རྣམ་པར་སྦྱིན་པས་བསྐྱུས་པའི་  
 ལུང་པོ་ཁམས་དང་སྒྲིམ་ཆེད་རྣམས་སོ། །འཐབ་པ་དང་བཅས་པ་ཆོས་ཙམ་དུ་གཤམ་  
 བས། བདག་དེར་མདོན་པར་ཞེན་པ་སྤོང་དོ། །འཐབ་པ་མེད་པ་ཇི་སྐད་དུ་བཤད་  
 པའི་འཐབ་བཅས་ལས་སྒྲོག་སྒྲེ། འཐབ་པ་དང་སྒྲོ་དུག་གིས་མ་འབྲེལ་བ་ནི་འཐབ་  
 པ་མེད་པ་ཡིན་ཅོ། །དེ་ལ་འཐབ་པའི་བདག་ཉིད་མ་ཡིན་པ་ནི། འདོད་པའི་ཉོན་  
 མོངས་པ་དང་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་མ་གཏོགས་པ་རྣམས་སོ། །དེ་དང་མ་འབྲེལ་བ་  
 ནི་དེ་དག་དང་མཚུངས་པར་མི་ལྟན་པ་རྣམས་སོ། །དེས་བཅིངས་པ་མ་ཡིན་པ་ཡང་  
 ཁམས་གོང་གི་དགེ་བ་དང་ཟག་མེད་ཀྱི་དགེ་བ་རྣམས་སོ། །དེ་འཕེལ་བ་དང་རྗེས་  
 སུ་མཐུན་པ་མ་ཡིན་པ་ཡང་གོང་མ་ཐམས་ཅད་དང་ཟག་མེད་རྣམས་སོ། །འཐབ་  
 པའི་རྒྱ་ལས་མ་བྱུང་བ་ཡང་དེ་རྣམས་ཡིན་ཅོ། །དེའི་ས་བོན་རྗེས་སུ་མ་འབྲེལ་བ་ནི་  
 དག་བཅོམ་པའི་ལུང་པོ་རྣམས་སོ། །ཟག་མེད་ཀྱི་དངོས་པོ་ཇི་སྒྲེད་པར་འཐབ་པ་  
 མེད་པའི་དངོས་པོ་ཡང་དེ་རྒྲེད་ཡིན་ཅོ། །འདི་ནི་ཟག་པ་དང་འཐབ་པ་གཉིས་ཀ་  
 དང་སྒྲོ་དུག་གིས་ཀྱང་མ་འབྲེལ་བའི་དབང་དུ་བྱས་པའོ། །ཟང་ཟིང་དང་བཅས་  
 པ་ནི་གང་ལ་བརྟེན་ནས་ཡང་སྤྲིད་པའི་ལུས་ཉིད་ལེན་གྱི་ལུང་པོ་ལྷ་ལ་ཆགས་པར་  
 འགྱུར་བའི་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་གསུམ་པོ་དེ་ནི་ཟང་ཟིང་ཞེས་བྱ་ལ་གང་ལ་  
 དེ་དག་དེའི་བདག་ཉིད་ལ་སོགས་པ་སྒྲོ་དུག་གིས་འབྲེལ་བ་ནི་ཟང་ཟིང་དང་བཅས་  
 པ་ཞེས་བྱའོ། །དེའི་བདག་ཉིད་ལ་སོགས་པ་ནི་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་ཇི་སྒྲེད་པ་  
 བཞིན་བཤད་དོ། །

ཞེ་སྤང་ནི་མི་འདོད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་མ་ཡིན་ནམ་ངེ་ལྟར་ན་དེས་ཆགས་  
 པར་ཞེ་ན། རྣམ་པར་བྱང་བའི་ཚེས་ལ་ཞེ་སྤང་བས་སྤྱིད་པ་ལ་ལྷག་པར་ཆགས་པར་  
 བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཟང་ཟིང་མེད་པ་ནི་ཟང་ཟིང་དང་བཅས་པ་ལས་སྒྲོག་སྟེ། དེ་  
 དག་དང་སྒྲོ་དུག་གང་གིས་ཀྱང་མ་འབྲེལ་བ་ནི་ཟང་ཟིང་མེད་པ་ཡིན་ལོ། །གཞན་ནི་  
 གོ་སྤོའོ། །ཞེན་པ་བརྟེན་པ་ནི་གང་ལ་བརྟེན་ནས་གཟུགས་སྐྱེ་ལ་སོགས་པ་འདོད་  
 པའི་ཡོན་ཏན་ལྡེ་ལ་ལྷག་པར་ཆགས་པར་འགྱུར་བའི་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་ནི་  
 ཞེན་པ་བརྟེན་པ་ཡིན་ལ། གང་ལ་དེ་དག་དེའི་བདག་ཉིད་ལ་སོགས་པ་སྒྲོ་དུག་  
 གིས་འབྲེལ་བ་དེ་ནི་ཞེན་པ་བརྟེན་པའོ། །ཞེ་སྤང་ཅི་འདྲ་བས་དེ་ལ་ཆགས་ཞེ་ན།  
 མངོན་པར་འབྱུང་བ་ལ་ཞེ་སྤང་བས་སོ། །དེའི་བདག་ཉིད་ལ་སོགས་པ་ནི་འཐབ་  
 བཅས་ལྟར་བཤད་དོ། །ཞེན་བརྟེན་དང་། འཐབ་པ་གཉིས་ཀྱི་ཡང་དངོས་ནི་འདོད་  
 པའི་དུག་གསུམ་ཡིན་པས་དེའི་ཕྱིར་ཟང་ཟིང་དང་བཅས་པ་ངེ་སྟེད་པར་ཞེན་པ་  
 བརྟེན་པའང་དེ་རྟེན་དོ། །འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་ལྡེ་ལ་ཆགས་པ་ཚེས་ཅམ་དུ་གཤམ་པ་  
 ན་བདག་དེར་མངོན་པར་ཞེན་པ་སྤང་རོ། །མངོན་པར་འབྱུང་བ་བརྟེན་པ་ནི་ཞེན་  
 པ་བརྟེན་པ་ལས་ལོག་པ་ནི་འདོད་ཡོན་ལ་ཆགས་པའི་རྒྱ་དུག་གསུམ་དང་སྒྲོ་དུག་  
 གིས་མ་འབྲེལ་བ་སྟེ་དེ་ནི་མངོན་པར་འབྱུང་བ་བརྟེན་པ་ཡིན་ལོ། །ཞེན་བརྟེན་དེའི་  
 བདག་ཉིད་མ་ཡིན་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་འཐབ་པ་མེད་པ་ལྟར་བཤད་དོ། །དེ་ལ་  
 འདོད་ཡོན་ལ་ཞེན་པ་དངོས་དང་ལྡན་པའི་ཞེན་བརྟེན་ནི་འདོད་པ་ན་སྟོད་པའི་ཚེས་  
 ཐམས་ཅད་ཡིན་ལ། ཞེན་པའི་ས་བོན་དང་། ལྡན་པའི་ཞེན་བརྟེན་ནི་ཐམས་གོང་

མ་གཉིས་ཀ་ཡང་ཡིན་ནོ། །ཞེན་པ་མངོན་གྱུར་དང་བྲལ་བའི་མངོན་པར་འབྱུང་བ་  
 བརྟེན་པ་ནི་ཁམས་གོང་མ་གཉིས་ཀ་ཡིན་ལ། ཞེན་པའི་ས་བོན་དང་བྲལ་བའི་  
 མངོན་འབྱུང་བརྟེན་པ་ནི་ཟག་མེད་རྣམས་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །ཚུལ་འདི་ནི་འཐབ་  
 བཅས་དང་འཐབ་པ་མེད་པ་ལ་ཡང་ལྟ་བར་བྱའོ། །ཞེན་པའི་ས་བོན་དང་བྲལ་བའི་  
 མངོན་པར་འབྱུང་བ་བརྟེན་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་ཟང་ཟང་མེད་པ་ཇི་སྟེད་པ་ཞེས་  
 སྒྲོས་སོ། །ཞེན་པ་དང་བྲལ་བ་ཆོས་ཙམ་དུ་ཤེས་པ་ན་བདག་དེར་ཞེན་པ་སྒྲོང་ངོ། །  
 འདུས་བྱས་ནི་གང་ལ་ཐོག་མར་སྒྲུབ་མེད་གསར་དུ་འབྱུང་བའི་སྐྱེ་བ་དང་། ཐར་མར་  
 རྒྱན་འགག་པའི་འཇིག་པ་དང་། བར་དུ་རྒྱན་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བར་འཇུག་པའི་གནས་  
 པ་དང་། གནས་སྐབས་སྒྲུབ་མ་ལས་ཕྱི་མ་མི་འདྲ་བར་གཞན་དུ་འགྱུར་བའི་སྒྲུབ་བ་  
 གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་རྒྱ་དང་རྒྱུན་ལ་རགས་ལས་པའི་ཕྱིར་འདུས་བྱས་ཞེས་བྱའོ། །ཆོས་  
 ཀྱི་ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི་ཕྱོགས་གཅིག་འདུས་མ་བྱས་བོར་བ་རྣམས་སོ། །རྒྱ་  
 རྒྱུན་ལ་རག་ལས་པའི་མི་རྟག་པ་འདུས་བྱས་ཆོས་ཙམ་དུ་ཤེས་ན་བདག་དེར་ཞེན་  
 པ་སྒྲོང་ངོ། །

དེ་ལ་བྱེ་བྲག་དུ་སྒྲུབ་དག་ནི་དངོས་པོ་སྐད་ཅིག་རེ་རེ་ལ་ཡང་མཆོན་ཉིད་  
 བཞི་ཀ་ཆང་བར་ཡོད་དེ་གཞན་དུ་ན་འདུས་མ་བྱས་ཡིན་པར་ཐལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་  
 ལ་སྐྱེ་བ་ལ་སོགས་པའི་མཆོན་ཉིད་བཞི་ནི་མཆོན་གཞི་ལས་ཇུས་ཐ་དད་པ་ཡིན་ཏེ།  
 གཞན་དུ་ན་རང་ཉིད་རང་ལ་བྱེད་པ་འགལ་བའི་ཕྱིར་དང་། མཆོན་གཞི་ལ་བྱ་བ་མི་  
 བྱེད་པ་ཡང་མཆོན་ཉིད་དུ་འགལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །སྐྱེ་བ་ལ་སོགས་པ་དག་ལ་ཡང་སྐྱེ་



བ་དང་འཛིག་པ་ལ་སོགས་པ་མེད་ན་འདུས་བྱས་མ་ཡིན་པར་ཐལ་བའི་བྱིར་སྐྱེ་  
 བའི་སྐྱེ་བ་ལ་སོགས་པ་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་མཚན་ཉིད་ཡང་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་  
 དག་ལ་ནི་སྐྱེ་བ་ལ་སོགས་པ་མཚན་ཉིད་བཞི་པ་རྟོག་པ་དོན་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། ཅུ་  
 བའི་སྐྱེ་བ་ལ་སོགས་པའི་མཚན་ཉིད་རྣམས་ཀྱིས་དེ་དག་འདུས་བྱས་སུ་མཚོན་པའི་  
 བྱིར་རོ། །དེ་ལ་ཅུ་བའི་སྐྱེ་བ་གང་ཡིན་པ་དེས་ནི་རང་ཉིད་མ་གཏོགས་པའི་ཅུ་བ་  
 དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་མཚན་ཉིད་རྣམས་དང་མཚན་གཞི་འདུས་བྱས་རྣམས་མ་  
 འོངས་པ་ནས་ད་ལྟ་བར་འདྲེན་པའི་བྱ་བ་བྱེད་ལ་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བས་སྐྱེ་བ་ཉིད་མ་  
 འོངས་པ་ནས་ད་ལྟ་བར་འདྲེན་པར་བྱེད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཅུ་བའི་མི་རྟག་པས་  
 རང་ལས་མ་གཏོགས་པའི་ཆོས་བརྒྱད་ད་ལྟ་བ་ནས་འདས་པར་འཇུག་པར་བྱེད་  
 ལ་མི་རྟག་པའི་མི་རྟག་པས། དེ་ཉིད་ཅུ་བའི་གནས་སྐབས་ནས་འདས་པའི་གནས་  
 སྐབས་སུ་འཇུག་པར་བྱེད་དོ། །ཅུ་བའི་གནས་པས་ནི་ཆོས་བརྒྱད་ད་ལྟ་བའི་དངོས་  
 པོ་གནས་པར་བྱེད་ལ། དེ་ནི་གནས་པའི་གནས་པས་གནས་པར་བྱེད་དོ། །ཅུ་བའི་  
 བྱ་བས་ཆོས་བརྒྱད་གནས་པར་བྱེད་ལ། དེ་ནི་བྱ་བའི་བྱ་བས་རྟོངས་པར་བྱེད་དོ་  
 ཞེས་འདོད་དོ། །ཇི་སྐད་དུ་དེ་དག་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བ་སོགས། །དེ་ཆོས་བརྒྱད་དང་གཅིག་  
 ལ་འཇུག་ །ཅེས་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །འདིར་ནི་མཚན་ཉིད་འདི་དག་རྒྱུན་ལ་རྩི་བ་  
 ཡིན་གྱི་སྐད་ཅིག་ལ་མ་ཡིན་ཏེ་སྐད་ཅིག་མ་ལ་གནས་པ་དང་གཞན་དུ་འགྱུར་བ་མི་  
 འཐད་པའི་བྱིར་རོ། །གཞན་ཡང་སྐྱེ་བ་ལ་སོགས་པ་འདི་དག་ནི་འཛིག་རྟེན་ན་རི་  
 ལྟར་གྲགས་པ་རྣམས་འདུས་བྱས་གྱི་མཚན་ཉིད་དུ་བཅོམ་ལུན་འདས་གྱིས་

གསུངས་པ་ཡིན་ལ། འཇིག་རྟེན་ན་སྐད་ཅིག་མའི་སྒྲེ་བ་དང་འཇིག་པ་དག་མ་  
གྲགས་པའི་ཕྱིར་དང་། མ་གྲགས་པའི་མཆན་ཉིད་ལས་ཀྱང་འདུས་བྱས་ཀྱི་རང་  
བཞིན་འཇིག་རྟེན་དག་གིས་རྟོགས་པ་མི་འབྲད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བས་ན། སྒོན་  
མེད་ལས་བྱུང་སྒྲེ་བ་སྟེ། །རྒྱན་གནས་དེ་ཆད་འཇིག་པ་ཡིན། །རྒྱན་ནི་སྒྲ་ཕྱིརི་བྱེ་  
བྲག་ནི། །གནས་སྐབས་གཞན་གཞན་འགྱུར་ཞེས་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྒྱན་  
ལ་འབྲད་པ་ཡིན་ལོ། །

མཆན་གཞིརི་དངོས་པོ་ལས་ཡང་དག་པར་ན་རྫས་གཅིག་དང་ཐ་དད་  
གང་དུ་ཡང་མ་གྲུབ་སྟེ། འདི་ལྟར། གལ་ཏེ་དངོས་པོ་ལས་མི་རྟག་པ་རྫས་ཐ་དད་  
ཡིན་ན་དངོས་པོ་འཇིག་པ་མེད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །གཅིག་ཡིན་ན་  
གནས་པའི་གནས་སྐབས་ན་ཡང་རྒྱན་འཇིག་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །  
གལ་ཏེ་སྒྲེ་བ་དངོས་པོ་ལས་ཐ་དད་ཡིན་ན་དངོས་པོ་མ་སྒྲེས་པའི་ཕྱོགས་འདུས་མ་  
བྱས་སུ་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །གཅིག་ཡིན་ན་དངོས་པོ་ལ་འཇིག་པ་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ།  
སྒྲེ་བ་དང་འཇིག་པ་རྣམ་པ་འགལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་གྲ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་  
ཡང་སྒྱུར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་འདུས་བྱས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་འདི་དག་ནི་ཉེ་བར་བཏགས་པ་  
ཅུ་མ་དུ་བྱ་བ་དོ། །འདུས་མ་བྱས་ནི་གོ་སྒྲ་བར་བྱ་བ་དོ། །ཉེ་བར་ལེན་པ་མེད་པའི་  
ཕུང་པོ་རྣམས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་འདུས་མ་བྱས་སུ་གསུངས་པ་ཡང་ཡོད་ལ།  
འདིར་བཤད་པའི་འདུས་བྱས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཀྱང་ལྷན་པས་དེའི་ཕྱིར་ཉེ་བར་ལེན་  
པའི་ཕུང་པོ་མ་ཡིན་པ་རྣམས་ཞེས་དྲིས་པའོ། །དེ་ནི་མཐའ་གཅིག་ཏུ་འདུས་བྱས་ཞེས་

ཀྱང་མི་བྱ་སྟེ། ལས་དང་ཉོན་མོངས་པས་མངོན་པར་འདུས་མ་བྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་  
ནི་རྒྱ་དང་རྒྱུན་གྱིས་གཏན་འདུས་མ་བྱས་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། དབང་ཐོབ་པའི་རྣལ་  
འབྱོར་པ་རང་གིས་ཇི་ལྟར་འདོད་པ་བཞིན་དུ་བྱེད་པས་རེས་འགའ་ནི་སྟེ་བ་ལ་  
མངོན་དུ་བྱོགས་པར་བྱེད། རེས་འགའ་རྒྱལ་གྱིས་ལྟས་པའི་དངོས་པོ་འཛིག་པ་ལ་  
མངོན་པར་བྱོགས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་བས་ན་འདིར་ཉེ་བར་ལེན་པའི་མ་ཡིན་པའི་ཕྱང་པོ་ནི་དབང་ཐོབ་བྱང་  
རྒྱལ་སེམས་དཔའ་རྣམས་དང་ཉོན་ཐོས་དང་དབྱ་བཙུམ་པ་རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་  
གྱི་ཡིད་གྱི་རང་བཞིན་གྱི་ལུས་ལ་བྱ་བར་མངོན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན། བཙུམ་ལུན་འདས་  
གྱིས་འདུས་བྱས་དང་འདུས་མ་བྱས་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་གཉིས་པོ་ཞེས་འདི་དག་ལ་  
ཕྱང་པོ་གསུམ་པ་མེད་པར་གསུངས་པ་དེ་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། འདོད་པ་བཞིན་དུ་བྱེད་  
པའི་དོན་གང་གིས་འདུས་བྱས་སུ་གྱུར་པའི་དོན་དེས། དེ་ལ་ལྟོས་པའི་འདུས་མ་  
བྱས་རྒྱ་རྒྱུན་ལ་གཏན་མ་རག་པ་མ་ཡིན་ལ། ལས་དང་ཉོན་མོངས་པས་མངོན་པར་  
འདུས་མ་བྱས་པའི་དོན་གང་གིས་འདུས་མ་བྱས་སུ་གྱུར་པའི་དོན་དེས་དེ་ལ་ལྟོས་  
པའི་འདུས་བྱས་ལས་ཉོན་གྱིས་སྟེད་པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་འདུས་  
བྱས་དང་འདུས་མ་བྱས་དག་ལ་ཕྱང་པོ་གསུམ་པ་མེད་དོ་ཞེས་པའི་ཚུལ་འདི་ལྟར་  
ལྟ་བར་བྱའོ། །གང་ཟག་འཛིག་རྟེན་པ་དང་འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་ནི་གོ་རིམ་  
བཞིན་དུ་འཕགས་པ་དང་སོ་སོ་སྟེ་བོ་རྣམས་ལ་བྱའི་འདི་ནི་ཚེས་འཛིག་རྟེན་པ་དང་།  
འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་མཚན་ཉིད་སྟོན་ནོ། །



དེ་ལ་འཛིག་རྟེན་པ་ནི། ཁམས་གསུམ་པར་གཏོགས་པ་གང་ཟག་དང་ཆོས་  
 ལུ་སྒྲུང་བའི་སེམས་ལས་བྱུང་བ་དང་། དེ་དག་སྐྱེ་བ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་དབང་  
 གོ་ཡུལ་རྣམས་དང་འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་རྗེས་ལས་ཐོབ་པ་ཁམས་གསུམ་པ་  
 དེར་སྒྲུང་བ་བཟུང་བ་དང་འཛིན་པ་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཅན་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ནི་  
 འཛིག་རྟེན་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་མདོན་པར་ཤེས་དུག་དང་། རྣམ་པར་ཐར་པ་  
 བརྒྱད་དང་། འགོག་པ་མ་གཏོགས་པའི་མཐར་གྱིས་གནས་པའི་སྒྲིམས་འཇུག་  
 རྣམས་དང་། ཟད་པར་བཅུ་དང་། ཟིལ་གྱིས་ནོན་པའི་སྐྱེ་མཆེད་བརྒྱད་དང་ཉོན་  
 མོངས་པ་མེད་པ་དང་། སྒྲོན་ནས་ཤེས་པ་དང་། སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིགས་པ་བཞི་  
 དང་། སྒྲོབས་བཅུ་མི་འཛིགས་པ་བཞི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་མ་འདྲེས་པ་རྣམས་ནི།  
 འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་གྱི་རྗེས་ཐོབ་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྒྲུང་བ་ཅན་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་འཛིག་རྟེན་པའི་ངོ་བོར་རྣམ་པར་གཏན་ལ་དབབ་པ་  
 བསྐྱེད་པ་སོགས་ལས་བཤད་དོ། །ཡུང་པོ་རྣམས་དང་ཁམས་ཐ་མ་གསུམ་དང་སྐྱེ་  
 མཆེད་ཐ་མ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོགས་གཅིག་ནི་འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་དང་  
 འདུས་མ་བྱས་བོར་བ་རྣམས་སོ། །འཁོར་བར་ཡང་ཡང་འདྲེས་པའི་རང་བཞིན་གྱི་  
 ཆོས་འཛིག་རྟེན་པ་ནི་ཆོས་ཙམ་དུ་ཤེས་པ་ན་བདག་དེར་མདོན་པར་ཞེན་པ་སྤོང་དོ། །  
 འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་ནི་ཁམས་གསུམ་པར་སྒྲུང་བ་གང་ཟག་དང་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་  
 པ་ཅན་གྱི་གཉིན་པོ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ནི་འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་ཡིན་ཏེ།  
 འཁོར་བར་ནམ་ཡང་མ་འདྲེས་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དོ། །རྣམ་པར་མི་

རྟོག་པ་དེ་ཡང་གཉིས་ཏེ། ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་ནི་རྟག་སོགས་  
 ཕྱིན་ཅི་ལོག་བཞིའི་གཉིན་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ཡིན་ལ།  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་སྟོས་པ་བཤམས་ཅད་  
 ཀྱི་གཉིན་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་སྟོས་པ་མེད་པའི་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ཡིན་ལོ། །

ཡང་རྣམ་གྲངས་སྤུན་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་རྗེས་ལས་ཐོབ་པ་དེ་  
 བཞིན་ཉིད་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་སྣང་བ་ཡང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་ཡིན་ཏེ་  
 གཅིག་ཏུ་ལའོར་བར་མ་འདྲིས་པའི་ཕྱིར་དང་། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཡེ་ཤེས་  
 ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཡུང་པོ་ལ་སོགས་པའི་ཕྱོགས་གཅིག་ནི་འཇིག་  
 རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་གྱིས་བསྐྱས་པའོ། །ཁམས་གསུམ་དང་མ་འདྲིས་པའི་  
 མཚན་ཉིད་ཅན་གྱི་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་ཆོས་ཙམ་དུ་ཤེས་པ་ན་བདག་ཁམས་  
 གསུམ་དང་མ་འདྲིས་པའི་འབའ་ཞིག་པར་མངོན་པར་ཞེན་པ་སྟོང་ངོ་། །འབའ་  
 ཞིག་པ་ནི་མ་འདྲིས་པའམ་རྣམ་པར་དག་པའི་དོན་ལོ། །བྱང་སོགས་བརྒྱད་དུ་དབྱེ་  
 བ་ལ། དེ་ཞིག་བྱུང་བ་ནི་འདས་པ་དང་ད་ལྟར་བ་གཉིས་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ནི་རྒྱ་རྒྱེན་  
 ལས་སྐྱེས་ཟེན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཕྱོགས་གཅིག་ནི་མ་འོངས་པ་དང་འདུས་མ་བྱས་པོར་  
 བའོ། །རྒྱ་ལས་སྐྱེས་པའི་ཐེར་བྱགས་མ་ཡིན་པ་ཆོས་ཙམ་དུ་ཤེས་པ་ན་བདག་དེར་  
 མངོན་པར་ཞེན་པ་སྟོང་ངོ་། །

ཡང་བྱུང་བའི་རྣམ་པར་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་ནི་ཤུ་ཅུ་བཞི་སྟེ། འདི་ལྟར། དང་པོ་  
 བྱུང་བ་ནི་སྟེ་བས་སུ་ཉིང་འཆོམས་སྟེར་བའི་དུས་ན་བྱུང་བ་གང་ཡིན་པའོ། །རྒྱུན་

གྱིས་བྱུང་བ་ནི་དེ་ཕྱིན་ཆད་མ་གྱི་འོ་བར་ལ་བྱུང་བའོ། །རྒྱས་པ་ལས་བྱུང་བ་ནི་གཉིད་དང་ཟས་དང་། ཆོངས་པར་སྒྲིད་པ་དང་སྒྲོམས་པར་འཇུག་པ་སྟེ། གང་གིས་ལུས་ཀྱི་འབྱུང་བ་རྣམས་རྒྱས་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་བཞི་ལས་བྱུང་བའོ། །རྟེན་བྱུང་བ་ནི་ནང་གི་དབང་པོ་རྣམས་སོ། །འགྱུར་བར་བྱུང་བ་ནི་བདེ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཚོར་བ་འབྱུང་བ་ན། དེ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པར་དབང་པོ་རྣམས་འགྱུར་བའོ། །ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པར་བྱུང་བ་ནི་རྒྱས་པའི་གནས་སྐབས་གང་ཡིན་པའོ། །ཉམས་པར་བྱུང་བ་ནི་བདེ་འགྲོ་ནས་གི་འཕྲོ་ཏེ་ངན་འགྲོར་སྒྲིས་པའོ། །བྱད་པར་དུ་བྱུང་བ་ནི་དེ་ལས་སྒྲོག་པའོ། །

འོད་གསལ་བར་བྱུང་བ་ནི། ལྷ་ཙེ་བས་རབ་ཏུ་བསྐྱུས་པ་དང་། ཡིད་སུན་འབྱིན་པ་དང་། འཕྱལ་དགའ་བ་རྣམས་དང་། གཞན་འཕྱལ་དབང་བྱེད་པ་རྣམས་དང་། གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་པ་ན་སྒྲིད་པ་རྣམས་ཏེ། གོ་རིམ་བཞིན་དུ། དགའ་བ་མང་བ་དང་། ཡོངས་སྒྲིད་དང་། ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་གནས་པ་ལ་རང་གིས་དབང་བསྐྱར་བའི་ཕྱིར་རོ། །འོད་གསལ་བ་མ་ཡིན་པར་བྱུང་བ་ནི་དེ་མ་ཡིན་པ་རྣམས་སོ། །ཀྱན་དུ་འགྲོ་བ་བྱུང་བ་ནི་བགྲོད་པའི་གནས་སྐབས་སུ་བྱུང་བའོ། །ས་བོན་དང་བཅས་པར་བྱུང་བ་ནི་དགྲ་བཙུན་པའི་ཕུང་པོ་ཐ་མ་མ་གཏོགས་པ་རྣམས་སོ། །ས་བོན་མ་ཡིན་པར་བྱུང་བ་ནི་དགྲ་བཙུན་པའི་ཕུང་པོ་ཐ་མའོ། །གཟུགས་བརྟན་དང་། དབང་འབྱོར་པ་དང་། དེས་པར་བསྟན་པའི་ཕྱིར་བྱུང་བ་རྣམས་ནི་གོ་རིམ་བཞིན་དུ། ཀེང་རུས་ལ་སོགས་པ་གཤེས་བྱའི་དངོས་པོ་དང་མཐུན་པའི་གཟུགས་



བརྟན་དང་། རྣམ་པར་ཐར་པ་བསམ་གཏན་པའི་སྒྲིབ་ཡུལ་གྱི་གཟུགས་དང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་གཟུགས་རྣམས་སོ། །

གཅིག་ནས་གཅིག་དུ་བྱུང་བ་ནི་ཆེ་རབ་བརྒྱད་དེ་བྱུང་བའོ། །སྐད་ཅིག་ཞིག་ནས་བྱུང་བ་ནི་འདུ་བྱེད་རྣམས་སྐད་ཅིག་རེ་རེ་ཞིང་འབྱུང་བའོ། །ཐུད་པ་དང་། བྲལ་བའི་འབྱུང་བ་ནི་སྟུག་པ་དང་། མི་སྟུག་པ་དང་། ཐུད་པ་དང་བྲལ་བ་ལམ། སེམས་འདོད་ཆགས་དང་བཅས་པ་དང་། འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་གནས་སྐབས་གང་ཡིན་པའོ། །འཇིགས་པ་དང་ཆགས་པའི་བྱུང་བ་ནི་སྒྲིབ་གྱི་འཇིག་རྟེན་ཆགས་པའི་གནས་སྐབས་གང་ཡིན་པའོ། །འཆི་འཕོ་བ་དང་སྐྱེ་བས་བྱུང་བ་ནི་སེམས་ནི་འཇིག་རྟེན་འཆི་བ་དང་སྐྱེ་བའི་གནས་སྐབས་གང་ཡིན་པའོ། །གནས་སྐབས་གཞན་དུ་བྱུང་བ་ནི་མེར་མེར་ཕོ་ལ་སོགས་པའི་གནས་སྐབས་རྣམས་དང་། བད་ལ་སོགས་པའི་གནས་སྐབས་སུ་བྱུང་བ་གང་ཡིན་པའོ། །སྒྲོན་གྱི་དུས་ན་བྱུང་བ་ནི་སྒྲོན་དུས་གྱི་སྤྲིད་པའོ། །འཆི་བའི་དུས་ན་བྱུང་བ་ནི་འཆི་བའི་སྤྲིད་པའོ། །བར་དུ་བྱུང་བ་ནི་བར་མ་དོའི་སྤྲིད་པའོ། །ཉིང་འཆ་མས་སྦྱར་བའི་དུས་ན་བྱུང་བ་ནི་སྦྱེ་བའི་སྤྲིད་པའོ། །དང་ཕོར་བྱུང་བ་དང་བརྒྱུས་ཞེན་མ་ཡིན་ཏེ། ཆོ་འདོའི་སྦྱེ་སྤྲིད་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་དང་ཕོར་བྱུང་བར་བཤད་ལ། མ་འོངས་པ་ཆེ་བྱི་མའི་སྦྱེ་སྤྲིད་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་འདི་བཤད་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །མ་བྱུང་བ་རྒྱ་རྒྱེན་གྱིས་མ་སྦྱེད་པ་ཆོས་ཙམ་དུ་ཤེས་པ་ན་བདག་རྒྱ་རྒྱེན་ལ་མི་ལྟོས་པའི་ཐེར་བྲག་དུ་མངོན་པར་ཞེན་པ་སྤྲོད་ངོ། །གཞན་རྣམས་ནི་གོ་བར་ཟད་ངོ། །འཇིན་པ་ནི་དབང་ཕོ་གཟུགས་

ཅན་རྣམས་དང་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་ཆོས་རྣམས་ཏེ། རང་གི་སྟོན་ཡུལ་  
ལ་ལོངས་སྟོན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ལུང་པོ་གསུམ་ནི་ཆོར་བ་དང་། འདུ་ཤེས་དང་རྣམ་  
པར་ཤེས་པའོ། །གཟུགས་དང་འདུ་བྱེད་ཀྱི་ཕྱོགས་གཅིག་ནི་དབང་པོ་གཟུགས་  
ཅན་རྣམས་དང་། མཆུངས་པར་ལྡན་པའི་འདུ་བྱེད་རྣམས་གོ་རིམ་བཞིན་ནོ། །

ཁམས་བཙུག་ཉིས་ནི་དབང་པོ་ལྷ་དང་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཁམས་བདུན་ནོ། །  
སྒྲེ་མཆེད་དུག་ནི་ནང་གི་སྒྲེ་མཆེད་རྣམས་སོ། །ཆོས་ཀྱི་ཁམས་དང་སྒྲེ་མཆེད་ཀྱི་  
ཕྱོགས་ནི་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་ཆོས་རྣམས་སོ། །ཡུལ་ལ་ལོངས་སྟོན་པའི་འཛིན་  
པ་ཆོས་ཙམ་དུ་ཤེས་པ་ན། བདག་ཡུལ་རྣམས་ལ་ལོངས་སྟོན་པར་བྱེད་པའི་ཟ་བ་  
པོར་མངོན་པར་ཞེན་པ་སྟོང་ངོ། །

ཡང་འཛིན་པའི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་ནི། ཡུལ་དང་མ་ཕྱད་པར་འཛིན་པ་ནི་  
མིག་དང་རྣ་བ་དང་ཡིད་རྣམས་ཡིན་ཏེ། ཡིད་ནི་གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་།  
མིག་དང་རྣ་བས་ནི་རྒྱུར་རིང་པོའི་གཟུགས་སྒྲུ་རྣམས་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་  
ཕྱིར་དབང་པོ་འདི་གསུམ་ནི་རྣལ་འབྱོར་པ་རྣམས་ཀྱིས་མངོན་པར་ཤེས་པ་སྒྲུབ་ཏུ་  
རུང་བ་ཡིན་ནོ། །ཡུལ་དང་ཕྱད་ནས་འཛིན་པ་ནི་སྣ་དང་ལྟེ་དང་ལུས་རྣམས་ཡིན་ནོ། །  
འདི་དག་ནི་རང་གི་ཡུལ་དང་དབང་པོ་བར་མ་ཆོད་པར་དམིགས་པ་དེའི་ཆོ་དེ་དག་  
གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྒྲེ་བར་དམིགས་ཀྱི་ཡུལ་དབང་བར་ཆོད་པའི་ཆོ་དེ་དག་གི་རྣམ་  
པར་ཤེས་པ་སྒྲེ་བ་མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་དབང་པོ་དེ་དག་ལ་ནི་མངོན་  
པར་ཤེས་པ་སྒྲུབ་པར་མི་རུས་པ་ཡིན་ནོ། །ཡང་དབང་པོའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལྷ་

མཚུངས་ལྡན་དང་བཅས་པ་ནི་ཡུལ་ད་ལྟར་བ་ཁོ་ན་འཛིན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ།  
འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་ནི་དངོས་པོར་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་དེ་དག་ནི་ཡུལ་དངོས་  
པོར་ཡོད་པའི་སྟོབས་ལས་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་རོ། །ད་ལྟར་བ་དེ་ཡང་ཡུལ་སོ་སོར་ངེས་པ་  
སྟོས་པར་འཛིན་པ་ཡིན་ཏེ། མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མཚུངས་ལྡན་དང་བཅས་  
པས་ནི་གཟུགས་ཁོ་ན་འཛིན་གྱི་ཡུལ་གཞན་མི་འཛིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་འཁོར་དང་བཅས་པས་ནི་རང་དང་སྤྱིའི་མཚན་  
ཉིད་ཐམས་ཅད་དང་། འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་དང་ལྟར་གྱི་དུས་ཐམས་ཅད་དང་  
གཟུགས་སྐྱ་ལ་སོགས་པ་ཡུལ་ཐམས་ཅད་འཛིན་པ་ཡིན་ནོ། །བབྱང་བ་དང་འཛིན་  
པའི་མཚན་ཉིད་མ་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། ཡང་དག་པར་ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་  
བྱེད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་འཛིན་པ་མེད་པ་ཡིན་ཡང་། ཐ་སྙད་དུ་ཡུལ་དང་དབང་པོ་ལ་  
སོགས་པའི་རྒྱུ་ཆོགས་པ་ལས་གཟུགས་སྐྱ་ལ་སོགས་པར་སྒྲུང་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་  
པ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་དེ་ཙམ་ལ་ཉི་བར་བཏགས་ནས་འཛིན་པར་སྐྱབ་པ་ཡིན་ནོ། །  
བབྱང་བ་ནི་འཛིན་པར་བཤད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཐམས་ཅད་ནི་བབྱང་བ་ཡང་ཡིན་ཏེ།  
མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་རྣམས་ཀྱང་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཡུལ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །བབྱང་བ་ཡིན་ལ་འཛིན་པ་མ་ཡིན་པ་ནི་འཛིན་པའི་སྟོན་ཡུལ་གྱི་དོན་  
གཟུགས་སྐྱ་ལ་སོགས་པ་དང་། མི་ལྡན་པའི་འདུ་བྱེད་དང་། འདུས་མ་བྱས་ལ་  
སོགས་པ་ཐམས་ཅད་དོ། །འཛིན་པ་རྣམས་ཀྱི་བབྱང་བ་རྣམས་ཆོས་ཙམ་དུ་ཤེས་པ་  
ན་བདག་འཛིན་པའི་ཡུལ་དུ་མངོན་པར་ཞེན་པ་སྤང་རོ། །སྤྱི་རོལ་དུ་བལྟས་པ་ནི་



སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་ལུང་གི་ཆོས་དག་པའི་བཤེས་གཉིན་ལས་ཐོས་པ་ལས་  
 བྱུང་བ་དང་། ཐོས་པའི་དོན་རིགས་པས་བརྟགས་ཤིང་དབྱུང་དེ། བསམས་པ་ལས་  
 བྱུང་བ་དང་། ཐོས་བསམ་དེའི་རྗེས་སུ་མཐུན་པར་ཚུལ་བཞིན་དུ་སྒྲིམས་པའི་སྒྲི་  
 ནས་རྟོགས་པའི་ཆོས་སྐྱབ་པས་བསྟུས་པའི་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་  
 ནི་འདོད་པ་ན་སྟོད་པ་ཡིན་ཡང་ཕྱི་རོལ་དུ་བལྟས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་  
 རྟོགས་པའི་རྒྱ་མཐུན་པ་ཉིད་ཀྱིས་སྤྲོ་ལས་འདས་པ་ལ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 དེ་ལས་མ་གཏོགས་པའི་འདོད་པ་དང་རབ་དུ་ལྡན་པའི་ཆོས་རྣམས་ནི་ཕྱི་རོལ་དུ་  
 བལྟས་པ་ཡིན་ཏེ། འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་ལྡེལ་སྟེད་པ་འཕེལ་བ་དང་། རྗེས་སུ་  
 མཐུན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཁམས་བཞི་ནི་སྣ་དང་ལྗེའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཁམས་དང་དྲི་དང་རོའི་  
 ཁམས་རྣམས་སོ། །སྐྱེ་མཆེད་གཉིས་ནི་དྲི་རོའི་སྐྱེ་མཆེད་གཉིས་སོ། །དེ་ལས་  
 གཞན་པ་དག་གི་ཕྱོགས་གཅིག་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་ཐོས་སོགས་བྱས་  
 པས་བསྟུས་པ་མ་གཏོགས་པའི་འདོད་པ་དང་རབ་དུ་ལྡན་པས་བསྟུས་པ་རྣམས་སོ། །  
 འདོད་པ་ལ་འདོད་ཆགས་དང་མ་བྲལ་བའི་ཕྱི་རོལ་དུ་བལྟས་པ་ཆོས་ཙམ་དུ་ཤེས་  
 པས་བདག་དེར་མངོན་པར་ཞེན་པ་སྤང་རོ། །ནང་དུ་བལྟས་པ་ནི་ཕྱི་རོལ་དུ་བལྟས་  
 པ་ལས་བསྒྲིག་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལས་ཐོས་བསམ་སྒྲིམ་གསུམ་བྱས་པ་  
 དང་། མཉམ་པར་བཞག་པའི་སས་བསྟུས་པ་རྣམས་ནི་ནང་དུ་བལྟས་པ་ཡིན་ཏེ།  
 སྤྲོ་ལས་འདས་པ་དང་སྒྲིམས་འཇུག་ལ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལས་གཞན་

པའི་སྤྱོད་གས་གཅིག་ནི་བཤད་མ་བྲག་པས་བསྐྱས་པའི་ལུང་པོ་ཁམས་དང་སྒྲེ་མཆེད་  
རྣམས་སོ། །འདོད་པ་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་ནང་ལྟས་ཆོས་ཙམ་དུ་ཤེས་  
པས་བདག་དེར་མངོན་པར་ཞེན་པ་སྤང་ངོ། །ཉོན་མོངས་པ་ཅན་ནི་མི་དག་བ་དང་།  
སྒྲིབས་ལ་ལུང་མ་བསྐྱན་པའི་ཆོས་རྣམས་ནི་ཉོན་མོངས་པ་དང་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་  
པ་ཀུན་སྦྱོང་གི་རྒྱུའམ། མཚུངས་ལྟན་གྱི་གྲོགས་སམ་རང་གི་ངོ་བོ་གང་རུང་དུ་ལྟན་  
པའི་སྤྱིར་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལ་སྒྲིབས་ལ་ལུང་དུ་མ་བསྐྱན་པ་ནི་  
དམིགས་གས་ལ་གསུམ་མ་གཏོགས་པ་དུས་ཐམས་ཅད་དུ་ཀུན་དུ་འགྲོ་བའི་ཡིད་  
ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་དང་དེ་དང་མཚུངས་པར་ལྟན་པའི་བདག་ཏུ་ལྟ་བ་ལ་  
སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་བཞི་དང་། ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་མཚུངས་པར་  
ལྟན་པའི་འཇིག་ལྟ་དང་མཐར་ལྟ་ལྟན་ཅིག་སྒྲེས་པ་དང་། གཟུགས་དང་གཟུགས་  
མེད་པར་སྒྲེས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་དང་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་མཚུངས་ལྟན་དང་  
བཅས་པ་རྣམས་སོ། །

དེ་དག་ནི་ཉོན་མོངས་པ་དང་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་དག་གིས་རྟོག་རྟོག་  
པོར་བྱས་པའི་སྤྱིར་སྒྲིབས་པ་ཡིན་ལ་རྣམ་སྒྲིན་འབྱེན་པར་ལུང་བསྐྱན་དུ་མེད་པའི་  
སྤྱིར་ལུང་མ་བསྐྱན་ཡང་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་ནི་དག་བ་དང་  
ལྟན་ཅིག་ཏུ་རྒྱུད་གཅིག་ལ་འཇུག་པའི་སྤྱིར་ལུང་དུ་མ་བསྐྱན་པ་ཡིན་ལ། ཡིད་ཤེས་  
འཁོར་གྱི་འཇིག་ལྟ་དང་མཐར་ལྟ་དག་ནི་འདོད་པ་ལ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་  
དག་གི་རྒྱུད་ལ་ཡང་ཀུན་ཏུ་འབྱུང་བའི་སྤྱིར་དང་ཁ་ནང་དུ་བལྟས་པས་ཉེས་སྦྱོང་

ཀྱན་ནས་སྒྲོང་མི་རྣམས་པའི་བྱིར་ཡང་མི་དག་བ་ཡིན་ནོ། །ཁམས་གོང་གི་ཉོན་མོངས་  
 བ་རྣམས་ནི་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱིས་རྩེ་ཅི་ལ་བས་ཉེས་སྒྲོད་ཀྱན་ནས་སྒྲོང་བར་མི་རྣམས་  
 པའི་བྱིར་མི་དག་བ་མ་ཡིན་ནོ། །ཁམས་བཅུ་ནི་རྣམ་པར་གཤེས་པའི་ཁམས་བདུན་  
 དང་། གཟུགས་སྒྲུ་ཆོས་ཀྱི་ཁམས་རྣམས་སོ། །སྒྲེ་མཆེད་བཞི་ནི་ཡིད་དང་ཆོས་དང་  
 གཟུགས་སྒྲུ་ཉི་སྒྲེ་མཆེད་རྣམས་སོ། །དེ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་གཅིག་ནི་མི་དག་བ་དང་  
 སྒྲིབས་ལ་ལུང་མ་བསྟན་གྱིས་བསྟན་པ་རྣམས་སོ། །ཉོན་མོངས་པ་ཅན་ཆོས་ཅམ་དུ་  
 གཤེས་པས་བདག་དེར་མཛོན་པར་ཞེན་པ་སྒྲོང་ངོ་། །ཉོན་མོངས་པ་ཅན་མ་ཡིན་པ་ནི་  
 དག་བ་དང་མ་སྒྲིབས་ལ་ལུང་མ་བསྟན་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་མ་ཡིན་ཏེ། ཉོན་མོངས་  
 པ་དང་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ཀྱན་སྒྲོང་གི་རྒྱ་དང་མཚུངས་ལྡན་གྲོགས་དང་།  
 རང་གི་ངོ་བོ་གང་དུ་ཡང་མི་ལྡན་པའི་བྱིར་ངོ་། གཞན་དུ་ན་དག་བའམ་མ་སྒྲིབས་ལ་  
 ལུང་དུ་མ་བསྟན་པར་འག་ལ་བའི་བྱིར་ངོ་། །

ཁམས་དང་སྒྲེ་མཆེད་བརྒྱད་ནི་དབང་པོ་ལྔ་དང་། དྲི་ངོ་རིག་བྱ་རྣམས་སོ། །  
 ལྷག་མ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་གཅིག་ནི་མི་དག་བ་དང་སྒྲིབས་ལ་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་  
 བོར་བ་རྣམས་སོ། །མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་རྣམས་ལས་འདོད་ཆགས་ལ་  
 སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་སྒྲེ་བའི་བྱིར་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་དུ་འགྱུར་ཏེ། གཞན་དུ་ན་  
 ལུས་རག་གི་མི་དག་བ་ལ་སོགས་པ་ཉོན་མོངས་པ་རྒྱུར་ལྡན་པ་རྣམས་ཀྱང་ཉོན་  
 མོངས་པ་ཅན་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་ངོ་ཞེ་ན། མཚུངས་པ་མིན་ཏེ། དཔེར་ན་དུག་གིས་  
 སྤྱག་བསྐྱེལ་བསྒྲེད་པའི་རྣམས་པ་ནི་རང་གི་ངོ་བོ་དང་དུག་དང་འགྲོགས་པའི་ཟས་



དང་། དུག་གིས་བསྐྱེད་པའི་མེ་ཏོག་དང་འབྲས་བུ་ལ་སོགས་པ་གསུམ་ལ་དམིགས་  
 གྱིས་གང་ལ་དུག་སྐྱེ་བའི་ས་གནི་ལ་ནི་གཞན་ལ་སྤྲུག་བསྐྱེད་པའི་རྩིས་པ་མ་  
 དམིགས་པ་ལྟར། ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ཀྱི་རྩིས་པ་རང་དང་གཞན་ལ་གཞོན་པ་ལ་  
 སོགས་པ་ཡང་རང་གི་ངོ་བོ་དང་། མཚུངས་ལྡན་གྱི་གྲོགས་དང་ཀུན་ནས་སྤྲོད་པའི་  
 འབྲས་བུ་གསུམ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་གྱི། རང་གང་ལས་འབྱུང་བའི་དབང་པོ་སོགས་  
 ལ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱུ་རྩིས་པ་འབྲས་བུ་ལ་འཕྲོ་བར་རིགས་པ་ཡིན་གྱི་འབྲས་བུ་  
 རྩིས་པ་རྒྱ་ལ་འཕྲོ་བ་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བས་ན་འཆི་བ་དང་སྤྲུག་བསྐྱེད་ལ་  
 བསྐྱེད་པ་ལ་སོགས་དུག་གི་རྩིས་པ་གང་ལ་ཡོད་པ་དེ་ལ་དུག་ཅན་ཞེས་ཟེར་བ་ལྟར།  
 ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ཀྱིས་རྩིས་པ་གང་ལ་དམིགས་པ་དེ་ལ། ཉོན་མོངས་པ་ཅན་  
 ཞེས་འཛིན་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་སྤྱི་བས་ལ་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པའི་ཉོན་མོངས་དང་  
 ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་རྣམས་ལ་ཉེས་སྤྱོད་སྐྱེས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་པའི་རྩིས་  
 པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས། མ་ཡིན་ཏེ། དེ་  
 དག་ལ་ནི་ཉེས་སྤྱོད་ཀུན་སྤྲོད་པའི་རྩིས་པ་མེད་ཀྱང་སེམས་ཉེ་བར་ཉོན་མོངས་པར་  
 བྱེད་པའི་རྩིས་པ་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། གཞན་དུ་ན་ཉོན་མོངས་པའི་རང་བཞིན་དོར་བར་  
 འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །དཔེར་ན་སྤྲུག་སྤྱོད་ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི་དུག་ལ་འཆི་བའི་  
 རྩིས་པ་མེད་ཀྱང་རང་གི་རང་བཞིན་གང་ཡིན་པ་དེ་མི་འདོར་བ་བཞིན་ནོ། །ཉོན་  
 མོངས་ཅན་མ་ཡིན་པ་ཆོས་ཙམ་དུ་གྲེས་པ་ན་བདག་དེར་ཞེས་པ་སྤྲོད་ངོ་། །

འདས་སོགས་བཅུ་དུག་ཏུ་དབྱེ་བ་ལ་དུག་སྐྱེ། འདས་སོགས་དུས་གསུམ་

དང་། དེ་དག་སོགས་ཆོས་གསུམ་དང་། འདོད་པ་སོགས་ཁམས་གསུམ་དང་།  
 སྒྲོབ་པ་སོགས་ཆོས་གསུམ་དང་། མཐོང་སྒྲུབ་སོགས་སྒྲུབ་བྱ་ཡིན་མིན་གསུམ་དང་།  
 རྟོན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བའོ། །དང་པོ་ལ་དུས་གསུམ་དངོས་དང་། དུས་གསུམ་  
 དང་མུང་འདས་བརྗོད་དུ་ཡོད་མེད་ཀྱི་ཁྱད་པར་གཉིས་ལས། དང་པོ་འདས་པ་ནི་  
 རྒྱུ་ལས་རང་གི་རོ་བོ་ཐོབ་པས་བྱུང་ལ། སྒྲུབ་ཡང་དེ་ཉིད་འགགས་པ་ནི་འདས་པ་  
 ཡིན་ཅོ། །དང་པོས་མ་འོངས་པ་དང་འདུས་མ་བྱས་སེལ་ལ་གཉིས་པས་ད་ལྟར་བ་  
 སེལ་ལོ། །རྒྱས་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་ཟིན་པའི་ཕྱིར་དང་། འབྲས་བུའི་རང་གི་རོ་བོ་ཐོབ་  
 བས་ཞིག་པའི་ཕྱིར། རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་སྐྱེད་ཟིན་པའོ། །ད་ལྟར་གྱི་ཆགས་སོགས་  
 དང་དང་སོགས་ལྟར་སེམས་ཀྱང་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་། རྣམ་པར་བྱང་བར་བྱེད་  
 པའི་མཐུ་མེད་པའི་ཕྱིར། འདས་པའི་ཆགས་སོགས་དང་དང་སོགས་རྣམས་ནི་ཀྱང་  
 བས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་བྱང་བར་བྱེད་པའི་དུས་ལས་ཡང་དག་པར་འདས་  
 པ་ཡིན་ཅོ། རྒྱུ་ཡོངས་སུ་བབྱུང་བས་ཞིག་པ་ནི་བག་ཆགས་བཞག་ནས་ཞིག་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །འབྲས་བུ་དང་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཡོད་དང་མེད་པ་ནི། ད་ལྟར་གྱི་དུས་ན་  
 དེས་བསྐྱེད་པའི་བག་ཆགས་ཡོད་པ་དང་། འཛོག་བྱེད་རང་ཉིད་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 དུན་པའི་ཀྱང་དུ་རྟོག་པའི་མཆོན་མ། སྒྲུབ་མྱོང་པའི་རྗེས་འབྲང་པའི་དུན་པའི་  
 དམིགས་པ་ཙམ་དུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །བལྟས་པའི་ཀྱང་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་  
 མཆོན་མ་ནི། འདས་པའི་དུས་ཀྱི་ཡུལ་སྤྲུག་པ་འམ་མི་སྤྲུག་པ་འགའ་ཞིག་དུན་པ་  
 ལས་རྗེས་སུ་ཆགས་པ་འམ་ཁོང་ཁོ་བ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཐམས་ཅད་ཀྱི་

ཕྱོགས་གཅིག་ནི། ད་ལྟར་བ་དང་མ་འོངས་བ་དང་། འདུས་མ་བྱས་པོར་བ་རྣམས་སོ། །  
 འདས་པ་རྗེས་སུ་མེད་ཅིང་ད་ལྟར་གྱི་གནས་སྐབས་སུ་མི་འདུག་པར་ཤེས་པ་ན།  
 འདས་པ་ཆེ་རབས་སུ་མའི་བདག་འགའ་ཞིག་ད་ལྟར་གྱི་གནས་སྐབས་སུ་འདུག་  
 པར་བྱེད་པར་མངོན་པར་ཞེན་པ་སྤྱོད་ཅོ། མ་འོང་བ་ནི་སྤྱོད་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་ཡོད་  
 གྱུར། རང་གི་རོ་བོ་མ་ཐོབ་པས་མ་བྱུང་བ་སྟེ། རྒྱ་ཡོད་ཅེས་པས་འདུས་མ་བྱས་  
 སེལ་ལ། མ་བྱུང་བས་འདས་པ་དང་ད་ལྟར་བ་སེལ་ལོ། །རང་གི་མཆོན་ཉིད་མ་  
 ཐོབ་པ་ནི། རང་གི་རོ་བོ་མ་སྟེས་པའི་ཕྱིར་ཅོ། །

རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་སྤྱད་པ་ནི། དེའི་ས་བོན་གྱི་བྱ་བ་མ་བྱས་པ་དང་། དེ་ཡང་  
 མ་སྟེས་པའི་ཕྱིར་ཅོ། །ད་ལྟར་གྱི་ཆགས་སོགས་དང་དད་སོགས་ལྟར་སེམས་ཀུན་  
 ཅས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་བྱུང་བར་བྱེད་པའི་དངོས་པོ་ཉེ་བར་མི་གནས་པ་  
 དང་། བཏང་སྟོམས་གྱི་རྣམ་པར་བྱུང་བའི་མཆོན་མ་ནི། སྤྱག་པ་འམ་མི་སྤྱག་པའི་  
 མཆོན་མ་མ་བཟུང་བར་བཏང་སྟོམས་སུ་བཞག་པ་ལས། དེ་ལ་དམིགས་པའི་ཀུན་  
 ཅས་ཉོན་མོངས་པ་མི་སྟེ་བའི་ཕྱིར་ཅོ། །མངོན་པར་དགའ་བ་དང་། དེ་མེད་པས་གོ་  
 རིམ་བཞིན་དུ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་། རྣམ་པར་བྱུང་བའི་མཆོན་མ་ནི། མ་  
 འོངས་པའི་དུས་སུ་འབྱུང་བའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་། རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་  
 ཆོས་འགའ་ཞིག་གིས་མཆོན་མ་བཟུང་བ་ལས། རྗེས་སུ་ཆགས་པའི་ཁོང་ཁྱོད་བར་  
 འགྱུར་བ་དང་། རྣམ་པར་བྱུང་བ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་ཆོས་འགའ་ཞིག་ནི་མཆོན་  
 མ་བཟུང་བ་ལས་མངོན་པར་ཡིད་ཆེས་པ་འཇམ། དད་པ་ལ་སོགས་པ་སྟེ་བར་འགྱུར་



བའི་ཕྱིར་རོ། །རྒྱ་དང་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་ནི་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་  
འབྲས་བུ་སྐྱེད་པའི་རྣམ་ལུན་དུ་ཡོད་པ་དང་། རང་གི་རྒྱ་ལས་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །

མ་འོངས་པ་རྒྱས་སུ་མེད་པར་གཤམ་པ་ན་མ་འོངས་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་  
བདག་ནི་ད་ལྟར་བའི་གནས་སྐབས་སུ་འདུག་པར་བྱེད་པར་མངོན་པར་ཞེན་པ་  
སྤྲོད་རྟོ། །ད་ལྟར་བྱུང་བ་ནི་རང་གི་ངོ་བོ་རྒྱ་ལས་བྱུང་ཞིང་མ་འགག་པའི་མཚན་  
ཉིད་དང་། རྒྱས་འབྲས་བུ་བྱུང་ཟིན་པས་སྤྱད་པ་དང་། འབྲས་བུའི་རང་གི་ངོ་བོ་མ་  
ཞིག་པས་མ་དབྱེད་པ་དང་། ད་ལྟར་བའི་ཆགས་སོགས་དང་། དད་སོགས་ཀྱི་  
སེམས་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་། རྣམ་པར་བྱུང་བར་བྱེད་པའི་དངོས་པོ་ཉི་བར་  
གནས་པ་དང་། འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་རབ་དྲ་བཞག་པའི་རྒྱ་ནི། ད་ལྟར་བའི་  
གནས་སྐབས་ཐོབ་ཟིན་པ་ནི་འདས་པ་དང་། མ་ཐོབ་ཅིང་ཐོབ་རུང་དུ་ཡོད་པ་མ་  
འོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །བྱེད་པ་པོར་གནས་པ་ནི་ད་ལྟར་གྱི་གནས་སྐབས་ཀྱི་  
མིག་དང་གཟུགས་ལ་སོགས་པས་ནི་རང་རང་གི་བྱ་བ་བྱེད་པའི་རྣམ་པ་ཡོད་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །བསམ་ཅད་ཀྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་གཅིག་ནི་འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་དང་འདུས་མ་  
བྱས་པོར་བ་རྣམས་སོ། །

ད་ལྟར་བ་རྒྱལ་ས་རང་གི་ངོ་བོ་ཐོབ་པའི་སྐད་ཅིག་མ་ཅོམ་དུ་ཤེས་པ་ན་  
བདག་ད་ལྟར་བ་དེ་ཉིད་མ་འོངས་པའི་སྐྱེ་བར་འདུག་པར་བྱེད་པར་མངོན་པར་  
ཞེན་པ་སྤང་ངོ་། །དུས་གསུམ་པོ་འདི་ལ་སྤྱི་ནང་གི་གྲུབ་མཐའ་སྤྱོད་པ་ཁ་ཅིག་ད་ལྟར་  
བ་བཞིན་དུ། འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་དག་གྱང་རྩལ་སུ་ཡོད་དེ། །གཞན་དུ་ན་

འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་ལ་སྒོ་མི་འཇུག་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བ་དང་། འདས་  
 པའི་ལས་གྱི་འབྲས་བུ་མི་འབྱེན་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་ལུང་དང་རིགས་པའི་སྒོ་ནས་འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་རྫས་སུ་གྱུབ་པར་  
 བྱེད་དོ། །འདི་ལ་སྒྲུབ་པར་བྱ་སྟེ། ཕྱི་རོལ་པ་གང་དག་དངོས་པོ་རྣམས་རྟག་པར་  
 འདོད་པ་དག་གི་ལུགས་ལ་མི་རིགས་པ་མེད་ཀྱང་། གང་དག་འདུས་བྱས་མི་རྟག་  
 པར་འདོད་བཞིན་དུ་འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་རྫས་སུ་ཡོད་པར་སྒྲུབ་ནི་གིན་དུ་  
 ཡང་མི་རིགས་ཏེ། དངོས་པོ་རྣམས་མི་རྟག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་སྒྲུབ་དང་འཇིག་པས་རབ་  
 དུ་བྱེད་བ་ཡིན་ལ། ལུགས་དེ་ལ་སྒྲུབ་དང་འཇིག་པ་མི་རུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ལྟར་  
 མ་འོངས་པ་རྫས་སུ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ན། དེ་རྒྱ་དང་རྒྱེན་ལས་སྒྲུབ་པར་མི་རིགས་ཏེ།  
 རྫས་སུ་ཡོད་པ་ལ་རྒྱ་རྒྱེན་གྱི་བྱ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་རྒྱ་རྒྱེན་དག་གིས་མ་  
 འོངས་པའི་གནས་སྐབས་ནས་ད་ལྟ་བར་འདྲེན་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་འདི་  
 ཅི་རྫས་གསར་དུ་སྒྲུབ་པའམ། དངོས་པོ་མངོན་པར་གསལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན། དང་  
 པོ་ལྟར་ན་མ་འོངས་པའི་རྫས་ད་ལྟར་གྱི་དུས་སུ་བྲངས་སོ་ཞེས་བྱ་བར་མི་རུང་སྟེ།  
 རྒྱ་དང་རྒྱེན་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་དངོས་པོ་དེའི་རྫས་ནི་དག་པར་དུ་བྱུང་བ་ཡིན་གྱི་མ་  
 འོངས་པའི་རྫས་ད་ལྟར་གྱི་དུས་སུ་བྲངས་སོ་ཞེས་བྱ་བར་མི་རུང་སྟེ། རྒྱ་དང་རྒྱེན་  
 གྱིས་བསྐྱེད་པའི་དངོས་པོ་དེའི་རྫས་ནི་གསར་དུ་བྱུང་བ་ཡིན་གྱི་མ་འོངས་པའི་  
 གནས་སྐབས་ན་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་ལྟར་ན་མངོན་པར་གསལ་བ་དེ་ཉིད་  
 རྫས་དང་གཅིག་གམ་འོན་ཏེ་ཐ་དད་པ་ཡིན། དང་པོ་ལྟར་ན། མ་འོངས་པའི་གནས་

སྐབས་ན་རྩལ་བཞིན་དུ་མངོན་པར་གསལ་བ་ཡིན་པར་འགྱུར་བ་འཇམ། ཡང་ན་  
མངོན་པར་གསལ་བ་བཞིན་རྩལ་གྱང་རྒྱ། རྒྱུ་གྲིས་གསར་དུ་སྐབས་པར་འགྱུར་  
གྱི་མ་འོངས་པའི་གནས་སྐབས་ནས་འོངས་ཞེས་བྱ་བར་མི་རུང་ངོ་། །

གཉིས་པ་ལྟར་ན། རྒྱ་རྒྱུ་གྲིས་མ་འོངས་པའི་རྩལ་ད་ལྟར་བའི་ངོ་བོར་  
མངོན་པར་གསལ་བར་བྱ་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། རྒྱ་རྒྱུ་གྲིས་མངོན་པར་གསལ་བར་  
བྱས་པ་དེ་ནི་རྩལ་ལས་གཞན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། གཞན་མངོན་པར་གསལ་བས་ནི།  
གཞན་མངོན་པར་གསལ་བར་བྱས་པར་མི་རུང་བ་ཡིན་ཏེ། ཉ་ཅང་ཐལ་བར་  
འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཅི་སྟེ་མངོན་པར་གསལ་བ་ནི་རྩལ་དེ་ཉིད་དང་། གཞན་དུ་  
བརྗོད་དུ་མེད་དོ། །ཞེས་བྱ་བར་ཡང་རུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། མངོན་པར་གསལ་བ་ལས་  
གཞན་པའི་རྩལ་འདི་ཆོས་མ་མཐོང་བའི་ཕྱིར། རྩལ་གྱི་ཆོས་རྣམས་ལ་ཡང་དེ་ཉིད་  
དང་གཞན་གྱི་རྣམ་པ་ལས་མི་འདའ་བའི་ཕྱིར་རོ། །

གཞན་ཡང་མ་འོངས་པ་དང་ད་ལྟར་བ་དག་ལ་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཐ་དད་  
པ་ཡོད་དམ་མེད། ཅི་སྟེ་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཐ་དད་པ་མེད་ན་ནི། ད་ལྟར་བ་ཡང་མ་  
འོངས་པ་བཞིན་དུ་མ་སྐྱེས་པའཇམ། མ་འོངས་པ་རྣམས་གྱང་ད་ལྟར་བ་བཞིན་དུ་  
མངོན་པར་གསལ་བར་འགྱུར་རོ། །ཅི་སྟེ་ཐ་དད་པ་ཡོད་ན་མ་འོངས་པའི་གནས་  
སྐབས་ཀྱི་རྩལ་དང་། རང་གི་མཆོན་ཉིད་དག་གཅིག་ཡིན་ན་ནི་ད་ལྟར་བའི་གནས་  
སྐབས་ན་མ་འོངས་པའི་རྩལ་མངོན་པར་གསལ་བཞིན་དུ་མ་འོངས་པའི་རང་གི་  
མཆོན་ཉིད་གྱང་མངོན་པར་གསལ་བར་འགྱུར་ལ། དེ་ལྟར་ན་རྩལ་གཅིག་ལ་དུས་



གཉིས་ཀྱི་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཅིག་ཅར་དུ་མཛོམ་པར་གསལ་བར་བྱས་པར་འགྱུར་ན་  
 དེ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་རྫས་དང་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཐ་དད་པ་ཡིན་ན་  
 རང་གི་མཚན་ཉིད་ཅིས་བྱ་བར་མི་རུང་སྟེ། བ་ལང་དང་རྟ་བཞིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་མ་  
 འོངས་པ་རྫས་སུ་ཡོད་ན་དངོས་པོ་རྣམས་རྒྱ་དང་རྒྱུན་ལས་གསལ་དུ་སྒྲེའོ་ཞེས་བྱ་  
 བ་འདི་རུང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །འདས་པ་རྫས་སུ་ཡོད་ན་འཇིག་པ་རུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 གལ་ཏེ་ད་ལྟར་གྱི་དངོས་པོའི་རྫས་མ་ཞིག་པར་གནས་ན་དེའི་ཆེ་འདས་པ་རྫས་སུ་  
 ཡོད་པ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་རིགས་པར་འགྱུར་གྱི། གལ་ཏེ་ད་ལྟར་བའི་རྫས་ཞིག་ནས་  
 རྫས་སུ་འགྲོ་བ་མེད་ན། དེའི་ཆེ་འདས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་རྫས་གང་ནས་འབྱུང་བར་  
 འགྱུར་ཏེ། འདས་པ་ནི་ད་ལྟར་བ་སྟོན་དུ་འགྲོ་བ་ཅན་གྱི་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅི་སྟེ་  
 ད་ལྟར་བའི་དངོས་པོ་འཇིག་པ་ཡིན་གྱི་རྫས་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ན། རྫས་དང་དངོས་པོ་  
 གཅིག་ཡིན་ན། དངོས་པོ་བཞིན་དུ་རྫས་ཀྱང་འཇིག་པ་འཇམ། ཡང་ན་རྫས་བཞིན་  
 དངོས་པོ་ཡང་འཇིག་པར་མི་འགྱུར་རོ། །ཅི་སྟེ་དེ་དག་ཐ་དད་པ་ཡིན་ན། ད་ལྟར་བ་  
 རྣམས་ལ་རྫས་དང་དངོས་པོའི་ངོ་བོ་ཐ་དད་པ་གཉིས་དམིགས་པར་རིགས་ན། དེ་  
 ཡང་མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རུང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །ཅི་སྟེ་བྱ་བ་ཞིག་པ་ཡིན་གྱི་རྫས་མ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་འཇམ། ད་ལྟར་གྱི་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཞིག་པ་ཡིན་གྱི་རྫས་མ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ལ་ཡང་བརྟག་པ་དང་། ལན་སྟེ་མ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་འདས་པ་  
 རྫས་སུ་ཡོད་ན་འཇིག་པ་རུང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་ཐོགས་བཅས་ཀྱི་དངོས་པོ་འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་དག་

ཡུལ་གོ་ས་གཞན་པར་གནས་སམ་འོན་ཏེ་མི་གནས། དང་པོ་ལྟར་ན། ད་ལྟར་གྱི་  
གངས་ཅན་གྱི་ཡུལ་དུ་འདས་པ་དང་མ་འོངས་པའི་གངས་ཅན་གནས་ན། ཡུལ་གོ་  
ས་གཅིག་ན་ཐོགས་བཅས་དུ་མ་གནས་པར་འགལ་ལ་མི་གནས་ན། དེ་དག་གནས་  
པའི་ཡུལ་གཞན་བསྟན་དགོས་ན། དེ་ཡང་རྣམས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་འདས་  
པ་དང་མ་འོངས་པ་ཡུལ་ན་གནས་ན་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་བརྒྱད་དེ་འོངས་པའི་  
ཐོགས་བཅས་ཀྱི་དངོས་པོ་གཅིག་གིས་ཀྱང་ནམ་མཁའི་ཁམས་མ་ལུས་པ་བྱུང་  
པས་གཟུགས་ཅན་གཞན་ལ་གོ་སྐབས་མི་རྟོག་པར་འགྱུར་རོ། །ཅི་སྟེ་འདས་མ་  
འོངས་ཡུལ་ན་མི་གནས་ན། རི་ཁང་བྱིམ་ལ་སོགས་པ་ཐོགས་བཅས་ཀྱི་དངོས་པོ་  
འདི་རྣམས་ཀྱི་རང་གི་མཚན་ཉིད་འདས་པ་དང་མ་འོངས་པའི་གནས་སྐབས་ན་མེད་  
པའི་ཕྱིར། འདི་དག་གི་རྗེས་འདས་པ་དང་། མ་འོངས་པ་ན་ཡོད་པར་རིགས་པ་མ་  
ཡིན་ནོ། །

གལ་ཏེ་དེ་དག་གིས་ཐོགས་པ་དང་བཅས་པའི་དངོས་པོ་དེ་ཉིད་འདས་པ་  
དང་མ་འོངས་པའི་གནས་སྐབས་ན་མེད་ཀྱང་རྗེས་ཡོད་དོ་ཞེ་ན། དེ་དག་གི་རང་གི་  
ངོ་བོ་ཡུལ་དང་ཐ་གྲུ་རྣམས་སུ་རྒྱས་པ་ལས། གཞན་པའི་དེ་དག་གི་རྗེས་ཅུང་ཟད་  
ཀྱང་མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་དེ་ཡང་རུང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་འདས་པ་དང་མ་  
འོངས་པ་རྗེས་སུ་ཡོད་དོ་ཞེས་བྱ་དེ་རུང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །འདས་པའི་ལས་ཀྱིས་འབྲས་  
བུ་འབྱེན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པ་ཡང་ཤེས་བྱེད་དུ་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འདས་པའི་ལས་དེ་  
ཉིད་ལས་ད་ལྟར་གྱི་འབྲས་བུ་འབྱུང་བ་ནི་མ་ཡིན་གྱི། འོན་ཀྱང་གང་གི་ཆོ་ལས་དེ་

ཉིད་རང་གི་མཚན་ཉིད་དུ་གྲུབ་པ་དེའི་ཆོ་སེམས་རྒྱད་ལ་རང་གིས་བགོས་པའི་བག་  
ཆགས་ཀྱི་རྒྱན་རྩེས་སུ་འབྲེལ་བ་དེ་ཉིད་ལ་འདས་པའི་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཞེས་བརྗོད་  
པ་ཙམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལ་དགོངས་ནས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་འདས་པའི་  
ལས་ཡོད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །འདས་པ་དང་མ་འོངས་པའི་སྒོ་འཇུག་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་བྱ་བ་ཡང་སྒྲུབ་བྱེད་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྤི་ལས་དང་  
གཟུགས་བརྒྱན་ལ་སོགས་པ་དངོས་པོར་མ་གྲུབ་པ་དག་ལ་ཡང་དེ་དེའི་སྒོ་འཇུག་  
པར་མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ། །

གང་ཡང་མདོ་ལས་འདས་པའི་གཟུགས་མེད་དོ། །ད་ལྟར་བའི་གཟུགས་  
ཡོད་དོ། །མ་འོངས་པའི་གཟུགས་ཡོད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པ་གང་  
ཡིན་པ་དེ་དག་ཀྱང་། འབྲས་བུ་ལ་དགོངས་ནས་འདས་པ་ཡོད་དོ། །ཞེས་གསུངས་ལ།  
རང་གི་མཚན་ཉིད་ལ་དགོངས་ནས་ད་ལྟར་བ་ཡོད་དོ་ཞེས་གསུངས་ཤིང་། རྒྱ་ཙམ་  
ཡོད་པ་ལ་དགོངས་ནས་མ་འོངས་པ་ཡོད་པར་གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ། གཞན་དུ་རྩི་  
སྒྲིབ་བཤད་པའི་རིགས་པས་གཞོད་པའི་ཕྱིར་དང་། རིགས་པས་གཞོད་པ་ཡང་  
ཐམས་ཅད་མཐུན་པས་མི་གསུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་འདས་པ་དང་། མ་  
འོངས་པ་ནི་བཏགས་པ་ཙམ་དུ་ཡོད་ལ། ད་ལྟར་བ་ནི་རྩེས་སུ་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །  
ཞེས་བྱ་བར་ཁོང་དུ་རྒྱད་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་དུས་གསུམ་དང་མྱང་འདས་བརྗོད་བྱ་ཡིན་མིན་གྱི་ཁྱད་པར་ནི།  
ཅིའི་ཕྱིར་བཅོམ་འདས་ཀྱིས་འདས་པ་སོགས་གསུམ་ཉིད་གཏམ་གྱི་གཞིར་བཞག་



གི་མུ་ངན་ལས་འདས་པ་ནི་མ་ཡིན་ཞེ་ན། འདས་པ་ལ་སོགས་པ་དུས་གསུམ་གྱིས་  
 བསྐྱས་པའི་ཆོས་རྣམས་ནི་གཏམ་གྱིས་བཟོད་པར་བྱ་བའི་གཞི་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ནི་  
 རྣམ་པར་རྟོག་པའི་ཡུལ་དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་དང་བཟོད་པ་རྣམས་ཀྱང་རྣམ་པར་རྟོག་  
 པའི་རྗེས་སུ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །མུ་ངན་འདས་པ་ནི་གཏམ་གྱིས་བཟོད་པར་བྱ་བ་  
 མ་ཡིན་ཏེ་དེ་ནི་རྣལ་འབྱོར་པ་སོ་སོ་རང་གིས་རིག་པར་བྱ་བ་ཁོ་ན་ཡིན་གྱི། རང་  
 གིས་སྤྱོད་པ་ལྟར་ཆོག་གི་ལམ་ནས་བཞན་ལ་བཟོད་དུ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་ནི་རྣལ་  
 འབྱོར་པས་མཉམ་བཞག་ཏུ་འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་ཉམས་སུ་  
 སྤྱོད་པ་ལྟར་རྗེས་ཐོབ་ཏུ་ངག་ཀུན་ནས་སྤོང་བའི་རྟོག་པ་ལ་རྣམ་པ་མི་འཆར་བའི་  
 ཕྱིར་རོ། །དེའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་མུ་ངན་ལས་འདས་པ་ནི་སྤྱོད་པ་ཐམས་ཅད་ཉེ་བར་ཞི་བ་  
 ཡིན་ལ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་རྣམས་ནི་སྤྱོད་པ་དང་བཅས་པའི་རྣམ་པར་སྤྱེ་བའི་ཕྱིར་རོ། །  
 དངོས་པོ་རང་མཚན་པ་རྣམས་ཀྱང་རྟོག་པ་ལ་མི་སྒྲིང་བ་ཡིན་ནམ་ཅིའི་ཕྱིར་མུ་ངན་  
 ལས་འདས་པ་ཁོ་ན་བཟོད་དུ་མེད་པ་ཡིན་ཅེ་ན། དེ་དག་ནི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ལ་  
 དངོས་སུ་མི་སྒྲིང་ཡང་མཛོན་སུམ་གྱིས་ངི་ལྟར་ཉམས་སུ་སྤྱོད་པ་ལྟར། སྤྱོད་པའི་  
 རྗེས་སུ་འབྱུང་བའི་རྟོག་པ་ལ་རྣམ་པར་འཆར་བའི་ཕྱིར་སྐྱས་བཟོད་པར་རྣམས་པ་  
 ཡིན་ཅོ། །གཞན་ཡང་མུ་ངན་ལས་འདས་པ་ནི་བྱུང་བ་འདས་པ་དང་འབྱུང་བ་མ་  
 འདས་པ་དང་ལྟར་གྱི་ཐ་སྙད་མཐོང་བ་དང་ཐོས་པ་དང་བྱེ་བྲག་བྱེད་པ་ལ་སོགས་  
 པའི་གནས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

འདིར་མུ་ངན་ལས་འདས་པ་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་མུ་ངན་ལས་འདས་པ་དེ་

བཞིན་ཉིད་ཡིན་གྱི་ཡུང་པོ་དང་བཅས་པ་འམ་ཡུང་པོ་མེད་པའི་མྱ་ངན་ལས་འདས་  
 པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། གཉིས་པ་དག་སོགས་ཆོས་གསུམ་ལ་དངོས་པོ་དང་། དེར་བསྟན་  
 པས་དག་སོགས་བཞག་པའི་ཚུལ་དང་གཉིས་ལས། རེ་ཞིག་དོན་གསུམ་གྱིས་  
 བསྟན་པ་ནི། དེ་ལ་ངོ་བོ་ཉིད་དང་། འབྲེལ་བ་དང་། སྟོང་བ་གསུམ་ནི་དངོས་པོའི་  
 དབྱེ་བ་ཡིན་ཏེ། དག་བ་མཚན་ཉིད་པ་ཀུན་འདི་ཙམ་དུ་བྱ་བ་པའི་ཕྱིར་རོ། །ལྷག་མ་  
 རྣམས་ནི་གདུལ་བྱའི་ཤེས་རབ་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་དངོས་བདག་ས་ཐུན་མོང་གི་རྣམ་  
 པའི་རབ་དུ་དབྱེ་བ་ཙམ་དུ་བྱ་བ་དོ། །ཁམས་བཅུ་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཁམས་  
 བདུན་དང་། གཟུགས་སྒྲ་ཆོས་ཀྱི་ཁམས་རྣམས་སོ། །སྟེ་མཆེད་བཞི་ནི་ཡིད་དང་  
 ཆོས་དང་གཟུགས་སྒྲའི་སྟེ་མཆེད་དོ། །དེ་རྣམས་ལ་ནི་དག་བ་དང་མི་དག་བ་དང་  
 ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་གསུམ་གསུམ་སྟོན་པས་མི་དག་བ་དང་ལུང་མ་བསྟན་བོར་བ་  
 རྣམས་སོ། །འབྲས་བུ་འདོད་པ་སྟེར་བྱེད་ཀྱི་དག་བ་ཆོས་ཙམ་དུ་ཤེས་པ་ནི་བདག་  
 ཆོས་དག་བ་དང་ལྷན་པར་མངོན་པར་ཞེན་པ་སྤང་དོ། །

གཉིས་པ་མཚན་ཉིད་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ནི། དད་པ་ནས་རྣམ་པར་མི་  
 འཆེ་བའི་བར་གྱི་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་ཆོས་བཅུ་གཅིག་སྟེར་བཤད་པའི་མཚན་  
 ཉིད་ཙམ་དེ་དག་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་དག་བ་ཡིན་ཏེ། སྟན་བཟང་པོ་ལྟར་རང་བཞིན་  
 གྱིས་རྣམ་པར་བྱུང་བའི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་སྟོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་དག་དང་མཚུངས་པར་  
 ལྷན་པའི་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་ཆོས་རྣམས་ནི་འབྲེལ་བའི་དག་བ་ཡིན་ཏེ།  
 སྟན་བཟང་པོ་དང་སྟེར་བའི་བདུང་བ་ལྟར་གྲོགས་སྟོབས་གྱིས་རྣམ་པར་དཀར་

བའི་རང་བཞིན་དུ་སྐྱེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དང་འབྲེལ་བའི་དགེ་བ་དེ་ཉིད་ཀྱི་  
སྒྲོས་པའི་བག་ཆགས་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བའི་དགེ་བ་ཞེས་བྱ་སྟེ།  
སྒྲུན་གྱི་ས་བོན་ལྟར་རྣམ་པར་དཀར་བའི་ཆོས་རྣམས་པའི་ངོ་བོར་ལྟན་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
འདི་ནི་དགེ་བར་བཏགས་པ་ཙམ་ཡིན་གྱི་མཆན་ཉིད་པ་མ་ཡིན་ཏེ་རྒྱ་མཆན་སྒྲར་  
ཀྱན་གཞིའི་ས་བོན་བསྟན་ལ་འབེབས་པའི་ཐད་དུ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

དད་སོགས་མཚུངས་ལྟན་དང་བཅས་པ་དེས་ཀྱན་ནས་སྒྲོང་བའི་ལུས་དང་  
ངག་གི་ལས་རྣམས་པར་རིགས་བྱེད་དང་རིགས་བྱེད་མ་ཡིན་པ་རྣམས་ནི་ཀྱན་ནས་  
སྒྲོང་བའི་དགེ་བ་ཡིན་ཏེ། སྒྲུན་གྱི་གིང་ལྷན་པའི་མེ་ཏོག་དང་འབྲས་བུ་ལྟར། ཀྱན་  
སྒྲོང་གི་སྒྲོབས་ལས་རྣམས་པར་དཀར་བའི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་སྐྱེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་  
ཉིད་ནི་དོན་དམ་པའི་དགེ་བ་ཡིན་ཏེ། འཕགས་པ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་ཡེ་ཤེས་སྒྱུན་  
ལྟན་རྣམས་ཀྱི་འདི་ཁ་ན་མ་གྲོ་བ་མེད་པ་དང་རྣམས་པར་དཀར་བའི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་  
གཟིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ཡང་ནད་མེད་པ་ལ་བདེ་བར་ཐ་སྙད་འདོགས་པ་ལྟར།  
མི་དགེ་བ་མེད་པ་ཙམ་ལ་དགེ་བ་ཞེས་ཐ་སྙད་དུ་བྱས་པ་ཡིན་གྱི་འདིས་འབྲས་བུ་  
འདོད་པ་འབྱེན་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ནི་ཀྱན་ལ་བྱེད་པར་མེད་  
པར་ཡོད་པའི་ཕྱིར་དང་། རྣམ་ཡང་མེད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་འགྲོ་བ་ཀྱན་རྟག་ཏུ་  
བདེ་བ་ལ་ལོངས་སྟོན་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་གང་དག་དེ་  
བཞིན་ཉིད་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རྒྱར་བསྐྱོ་བར་བྱ་བའི་དགེ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྒྲུབ་དེ་དག་ནི་  
རིགས་པ་དང་མི་རིགས་པའི་སྒྲོད་པ་མེད་པར་བབ་ཅོལ་དུ་སྒྲུབ་པ་ཡིན་ཏེ། ལུང་



རིགས་དང་འགལ་བའི་དོན་ཁས་ལེན་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་ནི་སྒྲིམ་པ་གསུམ་གྱི་རབ་  
 ཏུ་དབྱེ་བ་ལས་རྒྱས་པར་བཀག་ཟེན་པའི་བྱིར་ཡང་འདིར་མི་སྒྲོ་སྟེ། ཤི་ཟེན་པ་ལ་  
 སྒྲུབ་ཡང་མཆོན་སྟུན་པས་ཅི་ཞིག་བྱ། དེ་བས་ན་དེ་བཞིན་ཉིད་ནི་དང་པ་ལ་སོགས་  
 པ་དང་། ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་མེད་པར་མཚུངས་པའི་བྱིར་དགེ་བ་ཞེས་ཉི་བར་བཏགས་པ་  
 ཡིན་གྱི་དངོས་སུ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །མྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ནི་དགེ་བ་ལ་སོགས་པ་ཐ་  
 སྟོང་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡུལ་ལས་འདས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྒྲུབ་བཤད་ཟེན་དོ། །

སྟེ་བས་ཐོབ་པའི་དགེ་བ་ནི། དང་སོགས་དགེ་བའི་ཆོས་འདི་དག་སྒྲོན་གྱི་  
 སྟེ་བ་ལ་ལྷག་པར་གོམས་པར་བྱས་པ་ལ་རྟེན་ནས་ཆེ་འདིར་དགེ་བ་དེའི་ངོ་བོ་སྟེ་དེ་  
 དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་དགེ་བ་བསྐྱབ་པའི་རྟེན་དུ་རུང་བའི་ལུས་  
 མངོན་པར་གྱུ་བ་ལ། དེའི་སྟོབས་ཀྱིས་དང་སོགས་དེ་དག་ཉིད་ལ་རང་བཞིན་ནམ་  
 རང་གི་རང་གིས་བྱེད་པར་འདོད་པ་ཀུན་ཏུ་གནས་པ་ཡིན་གྱི། སྟེས་བུ་དམ་པ་  
 བརྟེན་པ་ལ་སོགས་པ་སོ་སོར་བཏགས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་མ་ཡིན་པའོ། །རྣམ་སྒྲིན་  
 གྱི་ལུས་དེ་བཟུང་བའི་སྟོབས་ཀྱིས་འབྱུང་བ་ཡིན་གྱི་འབད་བརྩོལ་གྱིས་སྐྱབས་པ་  
 མ་ཡིན་པའི་དོན་ནོ། །སྟོར་བ་ལས་བྱུང་བ་ནི་སྟེས་བུ་དམ་པ་དགེ་བའི་བཤེས་  
 གཞིན་ལ་བརྟེན་པ་དང་། དམ་པའི་ཆོས་གསུང་རབ་དགོངས་འགྲེལ་དང་བཅས་པ་  
 ཉན་པ་དང་། ཤེས་བྱའི་གནས་ལུགས་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཚུལ་བཞིན་ཡིད་  
 ལ་བྱེད་པ་དང་། ཆོས་མྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་ཆོས་སྐྱབ་པ་སྒྲོམ་  
 པས་བྱུང་བའམ་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ལ་བརྟེན་ནས་དད་པ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོམ་པ་ཡང་

ཡང་བསྐྱེད་པའོ། །འདུན་དུ་བྱས་པའི་དགེ་བ་ནི་དེ་བཞིན་གསེགས་པ་སྐྱུ་ལ་པའི་  
སྐྱེའམ་མཆོད་རྟེན་བརྒྱད་སོགས་སམ། གཟུགས་སུ་བྱས་པ་ལྷགས་མའམ། རྗེ་སྐྱུ་  
ལ་སོགས་པའམ། རས་བྲིས་ལ་སོགས་པ་ལ་སྐྱུ་གཟུགས་རི་མོར་བྲིས་པའམ་ཆོས་  
ཀྱི་གསུང་རབ་དང་ཆོས་ཀྱི་གཞི་སྒྲིགས་བམ་སོགས་མདུན་དུ་བྱས་ནས། མེ་རྟག་ལ་  
སོགས་པ་མཆོད་པའི་ལས་བྱེད་པའོ། །

ཕན་འདོགས་པའི་དགེ་བ་ནི། གང་ཡང་བསྐྱུ་བའི་དངོས་པོ་བཞི་པོ་སྦྱོན་  
པ་དང་། སྦྱོན་པར་སྐྱུ་བ་དང་། རྟོན་སྦྱོད་པ་དང་། རྟོན་མཐུན་པ་རྣམས་ཀྱིས་སེམས་  
ཅན་ལ་ཕན་འདོགས་པའོ། །དེ་ལ་སྦྱོན་པ་ནི་ཟས་འདོད་པ་རྣམས་ལ་ཟས་དང་།  
སྒོམ་འདོད་པ་རྣམས་ལ་སྒོམ་སྟེར་བ་ལ་སོགས་པ་ཟང་ཟང་གི་དངོས་པོ་སྦྱོན་པའོ།  
སྦྱོན་པར་སྐྱུ་བ་ནི་ཕ་རོལ་དུ་སྦྱོན་པ་དུག་གི་གཏམ་བཟོད་པའོ། །རྟོན་སྦྱོད་པས་ནི་ཕ་  
རོལ་དུ་སྦྱོན་པ་དུག་གམ་དེ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་ཆོས་ཉམས་སུ་ལེན་དུ་འཇུག་  
པའོ། །རྟོན་མཐུན་པ་ནི་རང་ཉིད་ཉམས་སུ་ལེན་པའོ། །དང་པོས་ནི་འཁོར་དུ་སྦྱུང་  
པར་བྱེད་དོ། །གཉིས་པས་ནི་འདོམས་པར་བྱེད་དོ། །གསུམ་པས་ནི་གདམས་པའི་  
རྟོན་རྗེས་སུ་སྐྱབ་པ་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་དོ། །བཞི་པ་ནི། འདོམས་པ་པོ་ལ་ཡིད་  
ཆེས་པར་བྱེད་དོ། །རི་རྒྱད་དུ། སྦྱོན་མཚུངས་དེ་སྦྱོན་ལེན་འཇུག་དང་། སྦྱོན་པར་སྐྱུ་  
དང་རྟོན་སྦྱོད་དང་། བདག་ཉིད་རྗེས་སུ་འཇུག་རྣམས་ནི། རྟོན་མཐུན་ཉིད་དུ་འདོད་  
པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །འབྲས་བུ་འདོད་པ་ཡོངས་སུ་འཛིན་པའི་དགེ་  
བ་ནི། སྦྱོན་པའི་ཚུལ་བྲིམས་ལས་བྱུང་བའི་བསོད་ནམས་བྱ་བའི་དངོས་པོ། མཐོ་

དེས་ལྟ་དང་མིའི་སྐྱེ་བ། འཕེན་པའི་སྒོ་ནས་ཡོངས་འཛིན་པ་དང་ཡོངས་སྒྲིབ་དང་  
ལྟ་པའི་ཕྱག་པོ་དང་། རྒྱལ་རིགས་དང་བྲམ་ཟེའི་རིགས་ལ་སོགས་པ་རིགས་  
མཐོན་པོར་སྐྱེ་བ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱེད་པས་འཛིན་པ་དང་རྣམ་པར་བྱང་བ་ལྟ་  
ངན་ལས་འདས་པ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པ་ཡོངས་སུ་འཛིན་པར་བྱེད་པའོ། །མདོར་  
ན་མཛོན་པར་མཐོ་བ་དང་དེས་པར་ལེགས་པའི་འབྲས་བུ་འཛིན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་  
དོན་ནོ། །སྤང་བྱའི་གཉེན་པོ་བྱེད་པའི་དག་བཅི་རྣམ་པར་སུན་འབྱེན་པ་ལ་སོགས་  
པ་སྟེ། དེ་ལ་རྣམ་པར་སུན་འབྱེན་པའི་གཉེན་པོ་ནི། ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་འདུས་  
བྱས་རྣམས་ལ་ཉེས་དམིགས་སུ་ལྟ་བ་སྟེ། དེས་ནད་དང་འབྲས་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་  
པས་ཉེ་བར་ལེན་པའི་ལུང་པོ་རྣམས་སུན་འབྱེན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

སྤང་བའི་གཉེན་པོ་ནི་སྤང་བ་དང་བར་ཆད་མེད་པའི་ལམ་སྟེ། དེ་དག་  
གིས་ཉོན་མོངས་པ་སྤང་བའི་ཕྱིར་རོ། །གཞིའི་གཉེན་པོ་ནི་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ལམ་སྟེ།  
དེ་སྤངས་པའི་ཐོབ་པ་ཀུན་ཏུ་འཛིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཐག་སྤང་བའི་གཉེན་པོ་ནི།  
ཁུད་པར་གྱི་ལམ་སྟེ། དེས་སྤང་སྤངས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ཐག་སྤང་བའི་  
ཕྱིར་རོ། །རྣམ་པར་གཞོན་པའི་གཉེན་པོ་ནི་འཛིག་རྟེན་པའི་ལམ་སྟེ། དེས་སྤང་  
བྱའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་མཐུ་ཉམས་པ་ཙམ་བྱེད་ཀྱིས་བོན་དུངས་འབྱེན་པར་མི་  
རུས་པའི་ཕྱིར་རོ། །བྲལ་བའི་གཉེན་པོ་ནི་འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་ཏེ།  
དེས་སྤང་བྱའི་ས་བོན་དུངས་འབྱེན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཉོན་མོངས་པའི་སྐྱིབ་པའི་གཉེན་  
པོ་ནི་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ལམ་སྟེ། དེས་ཉོན་མོངས་པའི་སྐྱིབ་པ་



ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་རིགས་པ་སྟོང་བར་རྣམ་པའི་བྱིར་རོ། །  
 ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པའི་གཞིན་པོ་ནི་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་པ་རྟོགས་པའི་ལམ་སྟེ། དེས་ནི་  
 ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པའི་རྩ་བ་བཟུང་བ་དང་། འཛིན་པར་མངོན་པར་ཞེན་པ་སྟོང་བའི་  
 བྱིར་རོ། །སྤང་བྱ་ནི་བར་ཞི་བའི་དགེ་བ་ནི་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་  
 པ་མཐའ་དག་སྟོང་བ་སྟེ་དེ་ཡང་ཉོན་མོངས་པའི་གནས་ཀྱི་ཆོར་བ་མ་ལུས་པ་  
 བཀག་པ་དང་། ཉོན་མོངས་པའི་རང་གི་ངོ་བོ་བཀག་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི།  
 འདུ་ཤེས་དང་ཆོར་བ་འགོག་པའི་སྒྲུལ་ས་འཇུག་གོ། །

གཉིས་པ་ལ་ཐེག་པ་དམན་པ་དང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མྱ་ངན་ལས་འདས་  
 པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལ་ཡང་སྤྲུག་བསྐྱེལ་གྱི་ཡུང་པོ་ནི་བར་མ་ཞི་བ་དང་། ཞི་  
 བའི་བྱེ་བྲག་གིས་གཉིས་ཡིན་ལ། དང་པོ་ནི། ཡུང་པོ་ལྷག་མ་དང་བཅས་པའི་མྱ་  
 ངན་ལས་འདས་པ་སྟེ། དེ་ནི་ཉོན་མོངས་པ་མ་ལུས་པར་སྤངས་པའི་བྱིར་གྱིང་རྟ་  
 ལའི་མགོ་བོ་གཅུང་པ་ལྷུང་ཡང་སྤེད་པའི་སྤྲུག་བསྐྱེལ་གྱི་ལོ་འདབ་རྒྱས་པར་མི་  
 འགྱུར་བས། མྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ཞེས་བྱ་ལ། སྟོན་གྱི་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པས་  
 འཕངས་པའི་སྤྲུག་བསྐྱེལ་གྱི་མི་རབ་ཏུ་མ་ཞི་བས་ཡུང་པོའི་ལྷག་མ་དང་བཅས་པ་  
 ཞེས་བྱའོ། །གཉིས་པ་ནི། ཡུང་པོ་ལྷག་མ་མེད་པའི་མྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་  
 དབྱིངས་སྟེ། དེ་ནི་བྱང་གིང་ཟད་པའི་མི་བཞིན་ཏུ་ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་ཡུང་པོ་མ་  
 ལུས་པ་འགགས་ཏེ། འདུས་བྱས་ཀྱི་འཇུག་པ་ནི་བར་ཞི་བའི་བྱིར་ཡུང་པོའི་ལྷག་མ་  
 མ་ལུས་པ་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་དག་གི་རང་བཞིན་བྱེ་བྲག་ཏུ་སྒྲིབ་དག་ནི་རྟག་པའི་

རྩམ་སྤྱུག་པར་འདོད་དོ། །མདོ་སྡེ་པ་དག་ནི་སྤང་བྱ་ཟད་པའི་མེད་དགག་ཏུ་  
འདོད་དོ། །རྣལ་འབྱོར་སྦྱོང་པའི་གཞུང་འདིར་ནི་དེ་བཞིན་ཉིད་རྣམ་པར་དག་པའི་  
རང་བཞིན་དུ་འདོད་དེ། དང་པོ་ནི་ཉོན་མོངས་པའི་ཀུན་འབྱུང་སྤངས་པས་རབ་ཏུ་  
སྤྱེ་བ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ནི་ཟག་བཅས་ཀྱི་ཕུང་པོ་མ་ལུས་པ་འགགས་པས་རབ་ཏུ་  
སྤྱེ་བ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ནི་སྦྱོང་པ་དང་ནི་བའི་  
མཐའ་གཉིས་ལ་མི་གནས་པའི་མྱ་ངན་ལས་འདས་པ་སྡེ། དེ་ཡང་གང་ཞེ་ན། དེ་  
བཞིན་གསེགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་ཞེས་བརྗོད་པ་གང་ཡིན་པའོ། །འདི་ནི་  
བདག་མེད་པ་རྣམ་པ་གཉིས་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཆགས་པའི་མཐའ་མ་ལུས་པ་  
བཅད་པའི་ཕྱིར་བྱིས་པའི་སྐྱེ་པོ་ལྟར་ལའོར་བའི་མཐའ་ལ་གནས་པ་ཡང་མ་ཡིན་ལ།  
སྦྱོང་རྗེའི་སྦྱོབས་ཀྱིས་གཟུགས་སྐྱེ་རྣམ་པ་གཉིས་གྲུབ་ནས་ལའོར་བ་ཇི་སྦྱོང་པར་  
སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་ལྟར་ཞི་བ་མྱ་  
ངན་ལས་འདས་པའི་མཐའ་ལ་སྦྱོགས་གཅིག་ཏུ་བརྟེན་པ་ཡང་མ་ཡིན་པས་དེའི་  
ཕྱིར་མི་གནས་པའི་མྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ཞེས་བྱའོ། །རྒྱ་མཐུན་པའི་དགེ་བ་ནི་ཉེ་  
བར་ཞི་བ་མྱ་ངན་ལས་འདས་པ་དེ་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་གིས་ཉེར་ཞི་དེའི་དབང་གིས་  
བྱུང་བའི་ཡོན་ཏན་བྱུང་པར་ཅན་མངོན་པར་ཤེས་པ་ལྟ་དང་། སྦྱོན་ནས་ཤེས་པ་ལ་  
སོགས་པ་དང་། སྦྱོབས་དང་མི་འཇིགས་པ་ལ་སོགས་པ་འཇིག་རྟེན་པ་རྣམས་དང་།  
འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་མེ་ལོང་ལྟ་བུའི་ཡེ་ཤེས་ལ་སོགས་པ་དང་ཉན་ཐོས་དང་

རང་སངས་རྒྱལ་ལོགས་པ་དང་། བུན་མོང་པ་མངོན་པར་གཤམ་པ་དང་ཟད་པར་  
 ཟེལ་གཞོན་ལ་ལོགས་པ་རྣམས་དང་། དེ་དག་དང་བུན་མོང་མ་ཡིན་པ་སྟོབས་ལ་  
 ལོགས་པ་རྣམས་ཏེ། དེ་དག་ནི་རྒྱ་བསམ་གཏན་གྱི་དགེ་བས་སྐྱབས་ཤིང་རང་གི་ངོ་  
 བོ་ཡང་དགེ་བའི་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་པས་དེའི་སྤྱིར་རྒྱ་མཁུན་པའི་དགེ་བ་ཞེས་  
 བུའོ། །

མི་དགེ་བ་ལ་དོན་གསུམ་གྱིས་བཤད་པ་དང་། སོ་སོའི་མཚན་ཉིད་རྒྱས་  
བར་བཤད་པ་གཉིས་ལས་དང་པོ་ནི། རོ་བོ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་སྟེ། དེ་ལ་ཡང་རོ་བོ་  
ཉིད་དང་འབྲེལ་བ་དང་སྟོང་བ་རྣམས་ནི་དངོས་པོ་དབྱེ་བའོ། །ལྷག་མ་རྣམས་ནི་རྣམ་  
པའི་དབྱེ་བའོ། །ཁམས་བཅུ་དང་སྟེ་མཆེད་བཞི་ནི་དགེ་བ་ལྟར་རོ། །དེ་དག་གི་  
ཕྱོགས་གཅིག་ནི་དགེ་བ་དང་ལུང་མ་བསྟན་བོར་བའོ། །ཆོས་མ་ཡིན་པ་རྣམས་སྟོན་  
མི་འདོད་པ་འབྱེན་བྱེད་ཆོས་ཙམ་དུ་ཤེས་པ་ན། བདག་ཆོས་མ་ཡིན་པ་འབྲས་བུ་མི་  
འདོད་པ་འབྱེན་པ་དང་ལྟན་པར་མངོན་པར་ཞེན་པ་སྤང་རོ། །སོ་སོའི་མཚན་ཉིད་  
བཤད་པ་ནི་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་དང་མཚུངས་པར་ལྟན་པའི་མ་དེག་པ་ལ་  
སོགས་པ་བཞི་དང་། ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་མཚུངས་པར་ལྟན་པའི་འཛིག་  
ཆོགས་ལ་ལྟ་བ་ལྟར་ཅིག་སྟེས་པ་དང་དེའི་རྗེས་སུ་འབྲང་བའི་མཐར་འཇིག་པར་ལྟ་  
བ་དང་གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་པ་ན་སྟོང་པའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་མ་  
གཏོགས་པར་དེ་ལས་གཞན་པའི་འདོད་པ་ན་སྟོང་པའི་ཉོན་མོངས་པ་དང་ཉེ་བའི་  
ཉོན་མོངས་པ་ལུས་རག་གི་ཉེས་སྟོང་ཀུན་ནས་སྟོང་བར་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པ་རྣམས་



ནི་དྲག་པའི་ནག་པ་འཕ། དྲག་ལྟར་དུ་རང་བཞིན་ཁ་ན་མ་ཐོ་བའི་ངོ་བོར་སྐྱེས་པའི་  
 བྱིར་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་མི་དག་བ་ཞེས་བྱའོ། །འབྲེལ་བའི་མི་དག་བ་ལ་སོགས་པ་  
 གསུམ་ནི་གོ་སྒྲ་བར་ཟད་དོ། །དེ་ལ། ལུས་དང་རག་གི་ལས་ནི་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་  
 དང་རིགས་བྱེད་མ་ཡིན་པ་གཉིས་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་སྒྲར་བཤད་པའི་མཚན་ཉིད་  
 ཅན་གྱི་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་མ་ཡིན་པ་ཉིད་འབྲེལ་བའི་དག་བ་དང་མི་དག་བ་མཚན་  
 ཉིད་པ་ཡིན་གྱི་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་དག་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། གཟུགས་སྒྲ་ལ་སོགས་པའི་  
 བེམས་པོ་དག་བ་འཕ་མི་དག་བར་འདོད་པ་ཤུག་ཏེ་སྒྲ་པོ་མ་ཡིན་ཅོ་ཞེས་སྒྲར་  
 བཤད་ཟིན་ཏོ། །

ལུས་རག་གི་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་དག་གི་མཚན་པར་བྱ་བའི་སེམས་དཔའ་  
 དག་བའམ་མི་དག་བར་གྱུར་པ་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་མ་ཡིན་པ་ཞེས་བརྗོད་པ་གང་  
 ཡིན་པ་དེ་ལ་གདུལ་བྱ་རྣམས་འདུག་པ་དང་ལྷོག་པར་བྱ་བའི་བྱིར་དེའི་འབྲས་བྱ་  
 ལུས་དང་རག་གི་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་དེ་དག་ལ་ཡང་དག་བ་དང་མི་དག་བར་ཉེ་བར་  
 བཏགས་ནས་བརྗོད་དོ་ཞེས་པ་ལས་སྒྲུབ་པའི་རིགས་པ་ལས་བཤད་དོ། །དོན་དམ་  
 པའི་མི་དག་བ་ནི་ལའོར་བས་བསྐྱས་པའི་ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་དངོས་པོ་ཐམས་  
 ཅད་དེ། འདི་དག་ནི་འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱི་གཟིགས་ངོ་ན་མཐའ་གཅིག་དུ་ཁ་ན་མ་  
 ཐོ་བ་དང་བཅས་པའི་རང་བཞིན་དུ་གཟིགས་པའི་བྱིར་ངོ་། །འདི་ཡང་དོན་དམ་པའི་  
 དག་བ་དང་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱེག་བསྐྱེལ་ལྟར་འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་གཟིགས་པ་དང་  
 མཐུན་པར་རྣམ་པར་བཞག་པ་ཅུ་མ་ཡིན་གྱི། ཐ་སྙད་དུ་མི་དག་བ་མཚན་ཉིད་པར་

རྣམ་པར་བཞག་པར་བྱ་བ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ལམས་པར་བཏགས་པ་ལ་དགེ་བ་དང་  
བདེ་བ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པར་ཐལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །

སྐྱེ་བས་ཐོབ་པའི་མི་དགེ་བ་ནི་མི་དགེ་བ་ཆོས་མ་ཡིན་པ་དེ་དག་སྒྲིན་  
གོམས་པར་བྱས་པའི་སྒྲིབས་ཀྱིས་ཆེ་འདིར་དེའི་ངོ་བོའི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་མི་དགེ་བ་  
ཀྱན་ཏུ་སྒྲིབ་པའི་ལུས་མངོན་པར་གྱུ་བ་སྟེ། གྲུབ་པ་དེས་མི་དགེ་བ་དེ་དག་ཉིད་ལ་  
རང་གི་རང་གིས་སོ་སོར་མ་བཏགས་པར་བྱེད་པར་འདོད་པས་ཀྱན་ཏུ་གནས་པ་སྟེ།  
དཔེར་ན་ཅན་གཟན་རྣམས་ཀྱི་སེམས་གདུག་པ་ལྟ་བུའོ། །སྒྲིབ་པ་ལས་བྱུང་བའི་མི་  
དགེ་བ་ནི་ཕྱིའི་རྒྱུ་སྐྱེས་བྱུང་མ་པ་མ་ཡིན་པ་མི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་སོགས་ལ་  
བརྟེན་པ་དང་། དམ་པའི་ཆོས་མ་ཡིན་པ་འཆེ་བ་ཆོས་སུ་སྒྲིན་པ་ལ་སོགས་པ་ཉན་  
པ་དང་། བར་གི་རྒྱུ་སྐྱེས་རྣམས་ནི་ལོངས་སྒྲིབ་ཀྱི་ཆེད་དུ་སྐྱེ་དགུའི་བདག་པོས་  
སྐྱུ་ལ་བའོ་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་གནས་ལུགས་དང་མི་མཐུན་པར་ཚུལ་བཞིན་མ་  
ཡིན་པར་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ལ་བརྟེན་ནས། ལུས་ཀྱིས་ཉེས་པར་སྒྱུད་པ་སྒྲོག་གཅོད་པ་  
ལ་སོགས་པ་དང་། དག་དང་ཡིད་ཀྱིས་ཉེས་པར་སྒྱུད་པ་རྩུན་དུ་སྒྲིབ་པ་དང་། གཞོད་  
སེམས་ལ་སོགས་པ་ཀྱན་ཏུ་སྒྲིབ་པའོ། །

མདུན་དུ་བྱས་པའི་མི་དགེ་བ་གང་ཞེ་ན། ལྷའི་རིགས་གང་ཡང་རུང་བ་  
དབང་ཕྱུག་དང་ཅེ་ཁྱེ་ཀ་ལ་སོགས་པ་སྐྱབས་གནས་སུ་བརྟེན་པ་མདུན་དུ་བྱས་  
ནས་དེ་དག་མཆོད་པའི་ཕྱིར་ཕྱུགས་གསོད་པ་ལ་སོགས་པ་འཆེ་བ་སྒྲིན་དུ་བཏང་  
བའོ། །དེ་ལས་མཆོག་དང་བསོད་ནམས་འདོད་པ་དང་། དེ་དག་གི་ཆེད་དུ་ཟས་མི་

ཟ་བ་ལ་སོགས་ཉོན་མོངས་པར་བྱེད་པའི་ལྷ་བ་རན་པ་སྟོན་དུ་བཏང་ནས་དབང་  
 རྒྱལ་ལ་སོགས་པའི་ལྷ་རྟེན་གསར་དུ་བྱེད་པ་དང་། སྤར་ནས་གནས་གང་དུ་དབང་  
 རྒྱལ་ལ་སོགས་པའི་ལྷ་རྟེན་བཙུགས་ཟིན་པའི་གནས་དེར་སྐྱེ་བོ་ཡལ་བོ་ཆེ་བསོད་  
 རྣམས་མ་ཡིན་པ་རྒྱལ་ས་གསོད་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་སྦྱོར་བའི་སྒྲོ་ནས། ལྷ་མཚོད་  
 བའི་ལས་ལ་སྦྱོར་བར་བྱེད་པའོ། །གཞོན་པ་བྱེད་པའི་མི་དགེ་བ་ནི་ཡུལ་སེམས་  
 ཅན་རྣམས་ལ་ལུས་ཀྱིས་བརྟེན་པ་དང་ངག་གིས་བཤེ་བ་དང་། ཡིད་ཀྱིས་གཞོན་  
 སེམས་ལ་སོགས་པའི་སྒྲོ་ནས་ལོག་པར་རྣམ་པར་འཆེ་བར་བྱེད་པའོ། །

འབྲས་བུ་མི་འདོད་པ་ཡོངས་སུ་འཛིན་པའི་མི་དགེ་བ་ནི་ལུས་ལ་སོགས་  
 པ་སྒྲོ་གསུམ་ཀྱིས་ཉེས་པར་སྦྱོད་པ་སྦྱད་པ་ལས་རན་འགྲོ་རྣམས་སུ་རྣམ་པར་སྦྱིན་  
 བའི་འབྲས་བུ་མི་འདོད་པ་འཕེན་པར་བྱེད་ཅིང་དེར་ཆེ་རིང་བ་དང་ལུས་ཆེ་བ་ལ་  
 སོགས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱེད་ལ་བདེ་འགྲོ་རྣམས་སུ་འབྲས་བུ་མི་འདོད་པ་ཆེ་  
 བྱང་བ་དང་ནད་མང་བ་དང་། དབུལ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱེད་ཀྱི་  
 འཕེན་པར་མི་བྱེད་དེ། བདེ་འགྲོ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱེ་བ་ནི་དགེ་བ་ཁོ་ནས་འཕངས་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །དེ་ལ་འཕེན་པ་ནི་གང་རྫོགས་པར་བྱེད་པ་ནི་གང་ཞེན། གང་གིས་རྣམ་  
 པར་སྦྱིན་པའི་ངོ་བོ་ཅམ་འབྲུབ་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་ནི་འདིར་འཕེན་པར་བྱེད་པའི་  
 ལས་ཞེས་བྱའོ། །གང་གིས་བཟང་བ་དང་རན་པ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་སྦྱིན་ཀྱི་བྱུང་  
 པར་འབྲུབ་པར་བྱེད་པ་ནི་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱེད་པའི་ལས་ཞེས་བྱའོ། །

ཡང་རྣམ་སྦྱིན་ཀྱི་ངོ་བོ་ནི་གང་བྱུང་པར་ནི་གང་ཞེན། རྣམ་པར་སྦྱིན་པའི་



ཀུན་གཞི་དང་དེ་ཡོངས་སུ་གྱུར་པའི་དབང་པོ་དང་བཅས་པའི་ལུས་ནི་རྣམ་སྒྲིན་གྱི་  
 རོ་བོ་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་ཡུན་རིང་དུ་གནས་པ་དང་། མི་གནས་པ་དང་། སྐྱུ་བསྐྱེལ་  
 གྱི་ཚོར་བས་གཞོད་པ་དང་། བཅས་པ་དང་། གཞོད་པ་མེད་པ་དང་། སྤྲིག་སྒྲུབ་  
 མཛེས་པ་དང་། མི་མཛེས་པ་དང་། ལོངས་སྤྱོད་གྱི་ཕོངས་པ་དང་། མ་ཕོངས་པ་ལ་  
 སོགས་པ་ནི་བྱུང་པར་ཡིན་ནོ། །རྒྱས་པར་ནི་འོག་ནས་བཤད་པར་བྱའོ། །མི་མཐུན་  
 ཕྱོགས་ཀྱི་མི་དག་བ་བ་ནི། འཛིག་རྟེན་པ་དང་འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་གཉེན་  
 པོ་སྐྱེ་བ་ལ་གོགས་བྱེད་པས་དེའི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་སུ་གྱུར་པའི་ཚོས་ཉོན་མོངས་པ་  
 དང་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་དེ། འདི་ནི་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་ཐམས་ཅད་  
 ཡིན་པས་མི་དག་བ་མཚན་ཉིད་པ་དང་། བཏགས་པ་བ་ཅི་རིགས་པར་གྲེས་པར་  
 བྱའོ། །བར་དུ་གཅོད་པའི་དག་བ་ནི་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་དང་ཟག་པ་མེད་པའི་  
 དག་བའི་ཚོས་སྐྱབ་པའི་བར་དུ་གཅོད་པའི་ཚོས་རྒྱན་དུ་ཚོགས་གྱི་ནང་དུ་འདུ་འཛི་  
 སྤེ་བ་ལ་སོགས་པ་གང་ཡིན་པའོ། །འདི་ཡང་མི་དག་བ་དངོས་བཏགས་ཅི་རིགས་  
 པ་ཡོད་དོ། །

ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་ལ་དོན་གསུམ་གྱིས་བསྟན་པ་དང་། སོ་སའི་མཚན་  
 ཉིད་བཤད་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། རོ་བོ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་སྟེ་རྣམ་སྒྲིན་འབྲེན་  
 པར་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པའོ། །དག་བ་དང་མི་དག་བར་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པའི་བྱིར་  
 ལུང་མ་བསྟན་ནོ། །ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་བརྒྱད་ནི་དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་ལྔ་དང་།  
 དྲི་རོ་རིག་བྱའི་ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་དེ། དེ་དག་ནི་མཐའ་གཅིག་དུ་མ་སྐྱིབས་ལ་

ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །ལུང་པོ་ལ་སོགས་པའི་བྱོགས་གཅིག་ནི། དེ་རྣམས་  
ལ་དགེ་སོགས་གསུམ་ག་སྒྲིང་པས་དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བ་པོར་བ་རྣམས་སོ། །རྣམ་  
པར་སྒྲིན་པ་འདོད་པ་འཇམ་མི་འདོད་པ་འབྱིན་པའི་ནུས་པ་མེད་པའི་ཚེས་ལུང་མ་  
བསྟན་ལུང་པོ་ལ་སོགས་པ་ཚེས་ཅམ་དུ་ཤེས་པས་བདག་ཚེས་རྣམ་སྒྲིན་འདོད་པ་  
འབྱིན་པ་དང་ཚེས་མ་ཡིན་པ་མི་འདོད་པ་འབྱིན་པ་གཉིས་པ་ཀ་དང་བྲལ་བའི་ལུང་  
མ་བསྟན་དུ་མཛོན་པར་ཞེན་པ་སྤང་བའི་བྱིར་རོ། །མཚན་ཉིད་སོ་སོར་བཤད་པ་ལ་  
ངོ་བོ་ཉིད་གྱི་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་ནི། ཁམས་དང་སྒྲེ་མཆེད་གཟུགས་ཅན་བརྒྱད་ལ་  
སོགས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་ལྔ་ནི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པས་བསྟུས་  
པའི་བྱིར་དང་། གྲི་རོ་རེག་བྱ་གསུམ་པོ་དེ་དག་ལ་དམིགས་པའི་དགེ་བའམ་ཉོན་  
མོངས་ཅན་གྱི་སེམས་དཔའ་མི་འཇུག་པའི་བྱིར་བརྒྱད་པོ་དེ་དག་ནི་རང་བཞིན་  
གྲིས་མ་སྒྲིབས་ལ་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པའི་ངོ་བོ་ཡིན་ནོ། །

མཚུངས་པར་ལྟན་པ་དང་བཅས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་ནི།  
ཁམས་དང་ས་དང་དུས་ཐམས་ཅད་དུ། དགེ་བ་འཇམ་མི་དགེ་བར་མི་འགྱུར་པའི་  
བྱིར་སྒྲིབས་ལ་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །སྟོག་གི་དབང་པོ་ནི་རྣམ་སྒྲིན་གྲིས་  
བསྟུས་པ་ཡིན་ལ། དེས་མཐུན་པ་དང་མིང་གི་ཚོགས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ནི་རྟོག་  
པས་སྒྲོ་བཏགས་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་པའི་བྱིར་རང་བཞིན་གྲིས་མ་སྒྲིབས་ལ་ལུང་  
མ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །འབྲེལ་པས་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་ནི་སྤང་བས་མཚོན་པའི་མི་  
དགེ་བ་ཡང་མ་ཡིན། དང་བས་མཚོན་པའི་དགེ་བ་ཡང་མ་ཡིན་པའི་སེམས་སུ་གྱུར་





བྱས་ནས། རི་རྒྱད་བཤད་པའི་འཆེ་བ་འཇམ། ལྷ་བ་རན་བ་རྣམ་པར་སྤངས་ཏེ།  
འཛིག་རྟེན་པའི་ལྷ་དེ་དག་གི་རྟེན་སྤར་མེད་གསར་དུ་འཇུགས་པར་བྱེད་པ་འཇམ།  
གནས་གང་དུ་སྤར་ནས་དེ་ལྷ་བུའི་ལྷའི་རྟེན་ཡོད་ས་དེར་སྐྱེ་བོ་པ་ལ་པོ་ཆེ་བསོད་  
ནམས་དགེ་བ་ཡང་མི་བསྐྱེད་ལ། བསོད་ནམས་མ་ཡིན་པ་མི་དགེ་བའི་སེམས་གྱུར་  
མི་སྐྱེ་བར་འཛིགས་པ་སྐྱོབ་པ་ལ་སྟེགས་པའི་དོན་དུ་དེ་ལྷ་བུ་ལྷའི་རྟེན་ལ་མཆོད་པ་  
བྱེད་པ་དང་། སྤར་ཡང་། ལྷ་རྟེན་གཞན་འཇུགས་པར་བྱེད་པའོ། །

ཕན་འདོགས་པའི་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་ནི། ཆེ་རབས་ཀྱི་བྱན་དང་། དུས་  
ངེས་པའི་ལས་བྱས་ནས་སྤྲ་རྩེན་ལེན་པའི་སྤྲ་མི་དང་། ཉིན་རེ་ཅམ་ལས་བྱེད་པ་  
རྣམས་དང་། རང་གི་བྱ་དང་རྩེད་མ་རྣམས་ལ་སྤར་བ་མི་དགེ་བའི་སེམས་སུ་གྱུར་པ་  
ཡང་མ་ཡིན། དང་བ་དགེ་བའི་སེམས་སུ་གྱུར་པ་མ་ཡིན་པས། ཟས་གོས་ལ་སྟེགས་  
སྐྱེན་པ་སྐྱེན་པའོ། །

ཉེ་བར་སྤྱད་པའི་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་ནི། ཟས་གོས་སྟེགས་ལ་ཡོངས་སྤྱོད་  
སྟེ་དགེ་བ་ལ་འབད་སྟམ་པ་སོ་སོར་བརྟགས་པ་ཡང་མ་ཡིན་ལ། སྟེགས་གཙོད་པ་ལ་  
སྟེགས་པ་བྱ་སྟམ་པ་ཉིན་མོངས་པ་ཅན་ཡང་མ་ཡིན་པའི་སེམས་ཀྱིས་ཟས་གོས་  
རྣམས་ལ་ཡོངས་སྤྱོད་པའོ། །ཡོངས་སུ་འཛིན་པའི་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་ནི་གསེར་  
མགར་ལ་སྟེགས་པ་བཟོའི་གནས་གང་ཡང་རུང་བ་ལ་སྐྱོན་གོམས་པར་བྱས་པའི་  
སྐྱོབས་ཀྱིས་མ་འོངས་པ་ན་བཟོའི་གནས་དེའི་རོ་བོའི་ལུས་ཡོངས་སུ་འཛིན་པར་  
བྱེད་པ་སྟེ། དེ་ལྷ་བུའི་ལུས་གཟུང་བ་དེས། ཆེགས་མེད་པར་སྤྱར་བ་སྤྱར་བར་

བཟོའི་གནས་དེ་དག་ལ་བསྐྱབ་པ་ས་རབ་ཀྱི་མཐར་ཕྱིན་པར་འགྱུར་བའོ། །

གཉེན་པོའི་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་ནི། དགེ་བའམ་མི་དགེ་བ་སྐྱབ་པའི་ཕྱིར་  
སྟན་བསྟེན་པར་བྱའོ་སྟུམ་པ་ལྟ་བུ་སོ་སོར་མ་བརྟག་པར་ནད་ཀྱི་གཉེན་པོར་སྟན་  
བསྟེན་པའོ། །ཉེ་བར་ཞི་བའི་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་ནི། གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་  
པ་ན་སྟོང་པའི་ཉེན་མོངས་པ་རྣམས་ཏེ། དེ་དག་ནི་ཞི་གནས་དང་རབ་ཏུ་ལྡན་པ་ས་  
ཉེས་སྟོང་ཀྱང་ནས་སྟོང་པའི་ནུས་པ་ཉེ་བར་ཞི་བའི་ཕྱིར་རོ། །རྒྱ་མཐུན་པ་ས་ལུང་  
དུ་མ་བསྟན་པ་ནི་སྒྲིམས་པ་ལས་བྱུང་བའི་སྒྲུལ་སེམས་དང་ལྡན་ཅིག་སྒྲིམ་པའི་  
སྒྲུལ་པའི་ལུས་ཏེ། དེ་ནི་རྒྱ་ལུང་མ་བསྟན་གྱིས་སྒྲིཅ་ཅིང་རང་གི་ངོ་བོ་ཡང་ལུང་མ་  
བསྟན་ཡིན་པ་ས་སོ། །སྒྲིམ་བྱོབ་དང་ལས་ལས་སྒྲིམ་པ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲུལ་པ་དགེ་  
བ་དང་མི་དགེ་བ་ཅི་རིགས་སུ་འགྱུར་བར་རིག་པར་བྱའོ། །

ད་ནི་བསྟན་པ་ས་ཀྱང་དགེ་བ་ལ་སོགས་པར་བཞག་པ་ནི། སྒྲ་མར་མ་བཟད་  
ཡང་གཞན་ལ་དགེ་བ་སོགས་ཀྱི་རྣམ་པར་བསྟན་པ་ས་ཀྱང་དགེ་བ་ལ་སོགས་པར་  
ལྟའོ། །དེ་དག་ཀྱང་གང་ཞེན་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དབང་དམ་  
པའི་པ་རོལ་དུ་སོན་པ་རྣམས་ཀྱིས། སེམས་ཅན་གཞོན་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཕན་  
གདགས་པའི་ཕྱིར། །ཚོས་རྒྱན་པ་ལ་སོགས་པ་སྒྲུལ་ནས་དེ་དག་གི་རྒྱུར་པ་དང་  
ལག་པ་དང་མགོ་བོ་ལ་སོགས་པ་གཅོད་པ་ཀྱང་ཏུ་སྟོན་པ་དང་སེམས་ཅན་སེར་སྒྲ་  
ཅན་རྣམས་ལ་ཕན་གདགས་པའི་ཕྱིར་སྒྲུལ་པའི་སྟོངས་མོ་དག་ལ་སྒྲུལ་པའི་མགོ་  
དང་རྒྱུར་ལག་ལ་སོགས་པ་སྒྲིཅ་པར་སྟོང་བ་ཀྱང་ཏུ་སྟོན་པ་དང་། གཞན་ཡང་དྲི་

ཟའི་རྒྱལ་པོ་གདུལ་བའི་བྱིར་དྲི་ཟར་སྐྱལ་པ་ལ་སོགས་པ་ཀུན་ཏུ་བསྟན་པ་སྟེ། དེ་  
ལྟར་ཀུན་ཏུ་བསྟན་པ་དེ་ནི་སྐྱལ་པ་དེ་དག་ནི་ལྟར་བསྟན་པ། དེ་བཞིན་དུ་ཡོངས་སུ་  
གྲུབ་པ་ནི་གང་ཡང་མེད་ཏེ། བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་པའི་རྣམ་པར་ཐར་པ་ཙམ་ཡིན་གྱི་  
རང་རྒྱད་དུ་གྲུབ་པ་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །

འདོད་པ་སོགས་ཁམས་གསུམ་ལ་དངོས་དང་། ཆགས་བྲལ་གྱི་དབྱེ་བ་  
གཉིས་ལས། དང་པོ་ལ། འདོད་པ་དང་རབ་ཏུ་ལྡན་པའི་འདོད་ཁམས་པ་ནི།  
འདོད་པ་རྣམས་ལ་འདོད་ཆགས་དང་གཏན་མ་བྲལ་བའི་དགེ་བ་ཟག་པ་དང་  
བཅས་པ་རྣམས་དང་། མི་དགེ་བ་དང་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་ནི་འདོད་  
པའི་ཡོན་ཏན་རྣམས་ལ་སྟེད་པ་འཕེལ་བ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་བྱིར་འདོད་པ་  
དང་ལྡན་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་དང་པོ་དང་གཉིས་  
པ་ལ་སོགས་པས་ཡང་འདོད་པ་རྣམས་ལས་འདོད་ཆགས་མ་ལུས་པར་བྲལ་བ་མ་  
ཡིན་ཡང་འདོད་པ་དང་རབ་ཏུ་ལྡན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་གིས་ཀྱང་སྟོང་བ་ལ་  
དགའ་བའི་མི་མཐུན་སྟོགས་སྤངས་པས་སྟོགས་ལས་ཆགས་པ་དང་བྲལ་བ་ཡིན་  
པའི་བྱིར་རོ། །འདོད་པ་ལ་འདོད་ཆགས་དང་མ་བྲལ་བའི་སྟེས་བུའི་རྒྱད་དང་  
འབྲེལ་པ་འདོད་ལྡན་ཡིན་ཡང་བྱི་རོལ་གྱི་སྟོད་རྣམས་མ་ཡིན་ལོ་ཞེས། དེ་ནི་འདོད་  
པ་ལ་འདོད་ཆགས་དང་མ་བྲལ་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་ལས་གྱི་དབང་གིས་  
གྲུབ་པའི་བྱིར་སྟོན་མེད་དོ། །ཅི་སྟེ་སྟོད་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལས་གྱིས་གྲུབ་  
པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེས། ཁམས་གོང་གིས་བྱིས་པ་རྣམས་ལ་ཡང་འདོད་པར་སྟེ་འགྱུར་



གྱི་ལས་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཁམས་གཞི་ནི་སྣ་ལྟེའི་རྣམ་ཤེས་དྲི་རོ་རྣམས་སོ། །སྒྲེ་མཆོད་གཉིས་ནི་དྲི་  
 རོ་གཉིས་སོ། །དེ་དག་རྣམས་ནི་ཁམས་ཀྱི་ཟས་དང་འབྲེལ་པའི་ཕྱིར་འདོད་ཁམས་  
 པ་ཁོ་ན་ཡིན་ལ། དེ་ལས་གཞན་པའི་ཕྱང་པོ་ལ་སོགས་པའི་ཕྱོགས་གཅིག་ནི་  
 ཁམས་གོང་མ་གཉིས་དང་ཟག་མེད་བོར་བ་རྣམས་སོ། །འདོད་ཡོན་ལ་སྤྱོད་པ་དང་  
 ལྡན་པ་ཆོས་ཙམ་དུ་ཤེས་པ་ན། བདག་དེར་མངོན་པར་ཞེན་པ་སྤོང་ངོ་། །གཟུགས་  
 དང་རབ་དུ་ལྡན་པའི་གཟུགས་ཁམས་ནི་འདོད་པ་རྣམས་ལས་ཕྱོགས་གཅིག་ལ་  
 འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ནས་བཟུང་སྟེ། གཟུགས་ལ་འདོད་ཆགས་དང་མ་བྲལ་  
 བ་ནམ་མཁའི་ཉིར་བསྟོགས་ཙམ་ཡང་མ་ཐོབ་པའི་དགེ་བ་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་  
 དང་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་རྣམས་ནི། ཕྱིའི་འདོད་ཡོན་ལ་སྤྱོད་པ་དང་བྲལ་ཡང་ནང་  
 དབང་པོ་དང་བཅས་པའི་ལུས་ལ་སྤྱོད་པ་དང་མ་བྲལ་བའི་ཕྱིར་གཟུགས་དང་རབ་  
 དུ་ལྡན་པ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལས་གཞན་པའི་ཕྱང་པོ་ལ་སོགས་པའི་ཕྱོགས་གཅིག་ནི།  
 འདོད་པ་དང་གཟུགས་མེད་པ་དང་། ཟག་མེད་བོར་བ་རྣམས་སོ། །འདོད་པ་ལ་  
 འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ཙམ་གྱིས་རབ་དུ་ཕྱེ་བའི་གཟུགས་དང་རབ་དུ་ལྡན་པ་  
 ཆོས་ཙམ་དུ་ཤེས་པས་བདག་དེར་མངོན་པར་ཞེན་པ་སྤོང་ངོ་། །གཟུགས་མེད་པ་  
 དང་རབ་དུ་ལྡན་པའི་གཟུགས་མེད་ཁམས་ནི་གཟུགས་ལ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་  
 བ་ནམ་མཁའི་ཉིར་བསྟོགས་ནས་བཟུང་སྟེ། གཟུགས་མེད་པ་ལ་འདོད་ཆགས་དང་  
 བྲལ་བའི་དགེ་བ་ཟག་པར་བཅས་པ་དང་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་རྣམས་ནི། བར་མིང་།

བཞིའི་ཡུང་པོ་ཙམ་ལ་སྟེད་པ་དང་བཅས་པའི་ཕྱིར་གཟུགས་མེད་པ་དང་རབ་ཏུ་  
ལྡན་པར་ལྟོའོ། །ཡུང་པོ་བཞི་ནི་གཟུགས་ཀྱི་ཡུང་པོ་བོར་བའོ། །ཁམས་ག་མ་  
གསུམ་དང་སྟེ་མཆེད་ག་མ་གཉིས་ཀྱི་ཕྱོགས་གཅིག་ནི་ཁམས་འོག་མ་གཉིས་དང་  
ཟག་མེད་བོར་བ་རྣམས་སོ། །གཟུགས་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་གཟུགས་  
མེད་པའི་ཚེས་ཙམ་དུ་ཤེས་པས་བདག་དེར་མཛོམ་པར་ཞེན་པ་སྤང་རོ། །

གཉིས་པ་ཆགས་བྲལ་གྱི་དབྱེ་བ་ལས། ལྷར་དབྱེ་བ་དང་། བཅུར་དབྱེ་བ་  
གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ཉིད་ཀྱང་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་སྟེ།  
དེ་ལ་ཕྱོགས་གཅིག་དང་མཐའ་དག་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ནི། སའི་དབང་  
དུ་བྱས་ནས་གང་གི་ཉོན་མོངས་པའི་རྣམ་པ་གཅིག་སྤངས་པ་ནས་བཟུང་སྟེ། རྣམ་  
པ་བརྒྱད་པའི་བར་དུ་སྤངས་པ་གང་ཡིན་པ་དང་། འཇིག་ཚོགས་ལ་ཆགས་བྲལ་གྱི་  
དབང་དུ་བྱས་ན། སྟོབ་པ་རྣམས་ཀྱི་སྤངས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ནི་ཕྱོགས་གཅིག་  
ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ཞེས་བྱ་སྟེ། སྤང་བྱ་ལྷག་མ་དང་བཅས་པའི་ཆགས་  
བྲལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །སའི་དབང་དུ་བྱས་ནས། ས་གང་གིས་ཉོན་མོངས་པའི་  
རྣམ་པ་དགུ་པ་སྤངས་པ་དང་། འཇིགས་ཚོགས་ལ་ཆགས་བྲལ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་  
མི་སྟོབ་པ་རྣམས་ཀྱི་སྤངས་པ་གང་ཡིན་པ་ནི་མཐའ་དག་ལས་འདོད་ཆགས་དང་  
བྲལ་ཞེས་བྱ་སྟེ། སྤང་བྱ་ལྷག་མ་མེད་པར་སྤངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཉོགས་པའི་འདོད་  
ཆགས་དང་བྲལ་བ་ནི་མཐོང་ལམ་གྱིས་མཐོང་བས་སྤངས་པར་བྱས་པ་རྣམས་  
སྤངས་པ་སྟེ། ཚེས་ཉིད་སྤང་མ་ཉོགས་གསར་དུ་ཉོགས་པས་སྤང་བྱ་ལས་འདོད་

ཆགས་དང་བྲལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞོན་པའི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ནི་  
འཇིག་རྟེན་པའི་ལས་ཀྱིས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་སྟེ། དེས་ནི་སྤང་བའི་ཉོན་  
མོངས་རེ་ཞིག་ཀུན་དུ་མི་འབྱུང་བ་ཅུས་བྱེད་ཀྱི། ས་བོན་དུངས་མི་འབྱེན་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
ལེགས་པར་གཏོན་པའི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ནི། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལས་  
ཀྱིས་སྤངས་པ་གང་ཡིན་པ་སྟེ། དེས་ནི་སྤང་བའི་ས་བོན་དུང་འབྱེན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་བཅུར་དབྱེ་བ་ནི་རང་བཞིན་གྱི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ནི།  
གང་སྟེས་ན་འབྲལ་བར་འདོད་པ་རང་གི་སྟེ་བའི་ཆོར་བ་སྟུག་བསྟུལ་དང་ཆོར་བ་དེ་  
གང་ལས་འབྱུང་བའི་གནས་ཀྱི་ཆོས་ཡུལ་མི་སྟུག་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ལ་མི་  
འཕྲོད་པར་འཇིན་ཅིང་དང་དུ་མི་ལེན་པ་གང་ཡིན་པ་སྟེ། དེ་ནི་གཉིན་པོ་ཀུན་ཏུ་  
བརྟེན་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་བྱུང་བ་མ་ཡིན་གྱི་རང་གི་རང་གིས་སྟེ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
གཞོད་པས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ནི། གཉིས་ཀྱིས་གཉིས་སྤྱད་དེ། འབྲིག་པ་  
ལ་ཞུགས་པས་འབྲིག་པའི་འདོད་ཆགས་ཀྱི་གདུང་བ་དང་རེ་ཞིག་བྲལ་ནས་འབྲིག་  
པ་ལ་མི་འཕྲོད་པར་འཇིན་པ་སྟེ། དེ་ནི་དབང་པོ་དང་བཅས་པའི་ལུས་ལ་གཞོད་  
པར་གྱུར་པས་དེའི་སྟོབས་ཀྱིས་རེ་ཞིག་དེ་ལ་མི་འཕྲོད་པར་འཇིན་པ་སྟེ་བའི་ཕྱིར་རོ། །  
ཉེ་བར་རྟེན་པས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ནི། ཟས་འདྲངས་པར་ཟོས་པས་ཟས་  
ཞིམ་པོ་ལ་ཡང་རེ་ཞིག་མི་འཕྲོད་པར་འཇིན་པ་སྟེ། དེ་ནི་ཉེ་བར་བརྟེན་པའི་རྒྱས་  
དབང་པོ་རྣམས་རྒྱས་པར་བྱས་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཕུལ་དུ་བྱུང་བས་འདོད་  
ཆགས་དང་བྲལ་བ་ནི་ཐབས་གཉིས་ཏུ་ཆེན་པོ་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བའི་རྒྱལ་པོ་ལ་



སོགས་པ་ཐོབ་པ་ན་ཐབས་དམའ་བ་འབར་གྱི་རྒྱལ་པོ་ལ་སོགས་པ་ལ་མི་འབྲོད་  
པར་འཛིན་པའོ། །སྔོངས་པས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ནི་བྱིས་པ་རྣམས་ཀྱིས་  
འདུས་བྱས་ཀྱིས་འདུག་པ་ནི་བར་ནི་བའི་མྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ལ་མི་འབྲོད་པར་  
འཛིན་པ་སྟེ། དེ་ལ་ནི་བ་ཉིད་དུ་མི་ཤེས་པ་དང་། འཇིག་ཚོགས་ལ་མངོན་པར་ཞེན་  
པས་འཁོར་བ་སྟུག་བསྟུལ་དུ་མི་ཤེས་བའི་བྱིར་རོ། །གཉེན་པོས་འདོད་ཆགས་དང་  
བྲལ་བ་ནི་གཉེན་པོ་འགའ་ཞིག་རྟེན་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་གྱི་  
རང་གི་སྤང་བྱའི་ཉེན་མོངས་པ་སོགས་སྤང་བ་གང་ཡིན་པའོ། །

ཡོངས་སུ་ཤེས་པས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ནི། མཐོང་བའི་ལམ་ཐོབ་  
པ་ན་ཁམས་གསུམ་པ་རྣམས་འདུ་བྱེད་གྱི་སྟུག་བསྟུལ་དུ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པས་གང་  
དེ་དག་ལ་ཡིད་འབྱུང་ཞིང་། མི་འབྲོད་པར་འཛིན་པའོ། །སྔོང་བས་འདོད་ཆགས་  
དང་བྲལ་བ་ནི། འདོད་པ་ལ་སོགས་པ་ཁམས་གསུམ་གྱི་ས་དང་སར་ཉེན་མོངས་པ་  
རབ་རྟུ་སྤངས་པ་གང་ཡིན་པའི་དེ་ས་དང་དེ་ལ་གང་མི་འབྲོད་པར་འཛིན་པའོ། །  
གོང་མ་དང་བཅས་པའི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ནི། འཇིག་རྟེན་པ་དང་། ཉན་  
རང་རྣམས་ཀྱི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་གང་ཡིན་པ་སྟེ། དེའི་གོང་ན་ཆགས་བྲལ་  
གཞན་ཡོད་པའི་བྱིར་རོ། །གོང་ན་མེད་པའི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ནི། སངས་  
རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་གང་ཡིན་པ་སྟེ།  
དེ་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་འབྲལ་དང་ཡུན་དུ་ཕན་པ་དང་བདེ་བའི་གནས་སུ་  
གྱུར་པའི་བྱིར་དེ་ལས་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པའི་ཆགས་བྲལ་གཞན་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །

སྒྲུབ་ས་འདིར་ཆགས་བྲལ་ནི་མི་འབྲོད་པར་འཛིན་པ་ཙམ་ཡིན་ནོ། །

སྟོབ་པ་སོགས་ཆོས་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་ལ། དང་པོ་སྟོབ་པ་ནི་ཐར་པའི་ཆ་  
དང་མཐུན་པ་ནས་བཟུང་སྟེ་དོ་རྩེ་ལྷ་བུའི་ཏིང་པོ་འཛིན་གྱི་བར་ཐར་པ་མུ་རན་ལས་  
འདས་པ་ཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་རྩོན་པའི་དགོ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་སྟོབ་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་  
གང་གི་རྒྱད་ལ་ཡོད་པའི་གང་ཟག་དེ་ནི་ཐར་པའི་ལམ་ལ་སྟོབ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
ཁམས་བཅུ་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཁམས་བདུན་དང་གཟུགས་སྒྲ་ཆོས་ཀྱི་ཁམས་  
རྣམས་སོ། །སྟེ་མཆེད་བཞི་ནི་གཟུགས་སྒྲ་དང་ཡིད་དང་ཆོས་ཀྱི་སྟེ་མཆེད་དོ། །དེ་  
དག་གི་སྟོགས་གཅིག་ནི་ཐར་པ་ལ་བརྩོན་པའི་དགོ་བས་བསྟུས་པ་རྣམས་སོ། །  
གང་གིས་ཐར་པ་ལ་བརྩོན་པའི་ཆོས་ལུང་པོ་ལ་སོགས་པ་ཆོས་ཙམ་དུ་ཤེས་པ་ན་  
བདག་ཐར་པ་ལ་རྩོན་པར་མངོན་པར་ཞེན་པ་སྟོང་དོ། །མི་སྟོབ་པ་ནི་ལྷག་པ་  
སེམས་དང་། རྩལ་བྲིམས་དང་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྟོབ་པ་གསུམ་གྱི་བྱ་བ་མཐར་ཕྱིན་པའི་  
དགོ་བ་ཟད་པ་དང་མི་སྟེ་བཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་མི་སྟོབ་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་དང་ལྡན་ན་  
མི་སྟོབ་པ་ཞེས་པའི་གྲངས་སུ་འགྲོ་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཁམས་དང་སྟེ་མཆེད་བཅུ་ནི་སྟོབ་  
པ་ལྟར་རོ། །དེའི་སྟོགས་གཅིག་ནི་སྟོབ་པ་མཐར་ཕྱིན་པས་བསྟུས་པའི་དགོ་བའོ། །  
ལའོར་བ་ལས་གྲོལ་བའི་མི་སྟོབ་པ་ཆོས་ཙམ་དུ་ཤེས་པས་བདག་དེར་མངོན་པར་  
ཞེན་པ་སྟོང་དོ། །སྟོབ་པ་ཡང་མ་ཡིན་པ་མི་སྟོབ་པ་ཡང་མ་ཡིན་པ་ནི། སོ་སོ་སྟེ་བོ་  
རྒྱད་ཀྱི་དགོ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུམ་དང་། སྟོབ་པའི་རྒྱད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་ཙན་སྒྲུམ་  
སྒྲུང་གིས་བསྟུས་པ་དང་མ་སྒྲིབས་ལ་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་དང་། མི་སྟོབ་པའི་རྒྱད་

ཀྱི་མ་སྒྲིབས་ལ་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པའི་ཆོས་རྣམས་དང་འདུས་མ་བྱས་རྣམས་ནི་  
གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ནི་ཐར་པའི་ལམ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། ། ཁམས་དང་  
སྒྲིམ་ཆེད་བརྒྱད་ནི་དབང་པོ་ལྟ་དང་དྲི་རོ་རེག་བྱ་རྣམས་སོ། ། དེ་ལས་གཞན་པའི་  
སྒྲིགས་གཅིག་ནི་སྤྲུལ་གཉིས་བོར་བའོ། ། གྲོལ་བའམ་གྲོལ་བར་འགྱུར་བ་གཉིས་  
ཀ་མ་ཡིན་པ་ཆོས་ཙམ་དུ་ཤེས་པས་བདག་དེར་མངོན་པར་ཞེན་པ་སྒྲོང་རོ། །

མཐོང་སྤངས་སོགས་སྤང་བྱ་ཡིན་མིན་གསུམ་དུ་དབྱེ་བ་ལ། དང་པོ་  
མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་ལ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་རྣམ་པ་གསུམ་ཏེ། དེ་ལ་ཉོན་  
མོངས་པའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ནི། ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ལྟ་བ་ཀུན་བརྟགས་  
པ་བཤེས་གཉིན་ངན་པས་ཆོས་ལོག་བསྟན་པའི་མཐུ་ལས་བྱུང་བ། སྤང་པོ་ལས་  
གཞན་པའི་བདག་ཡོད་པ་རྟོག་པའི་འཛིན་ཆོགས་ལ་ལྟ་བ་དང་། དེ་ནི་ད་དག་  
པའམ་ཆད་པར་འཛིན་པའི་ལྟ་བ་དང་། བདེན་པ་བཞི་ལ་ཡིད་གཉིས་བྱ་བའི་ཐེ་  
ཆོམ་དང་། ལྟ་བ་དང་ཐེ་ཆོམ་དེ་དག་གར་ལས་བྱུང་བའི་གནས་ས་བོན་དང་གར་  
དང་འགྲོགས་པའི་གནས་མཚུངས་པར་ལྟན་པའི་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་  
ཆོས་གཞན་རྣམས་དང་། ལྟ་བ་དེ་དག་ལ་ལོག་པར་ཞུགས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་ནི་དེ་  
དག་ལ་མཆོག་དང་གཙོ་བོ་སོགས་སུ་འཛིན་པའི་ལྟ་བ་མཆོག་ཏུ་འཛིན་པ་དང་། དེ་  
དག་དང་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་ཚུལ་བྱིམས་སོགས་ལ་དག་གྲོལ་སོགས་སུ་འཛིན་པའི་  
ཚུལ་བྱིམས་དང་བརྟུལ་ཞུགས་མཆོག་ཏུ་འཛིན་པ་དང་། བདེན་པ་བཞི་ལ་སྐྱར་བ་  
འདེབས་པ་དང་། ཐར་པ་དང་ཐར་པའི་ལམ་གཞན་དུ་སྒྲོ་འདོགས་པར་བྱེད་པའི་



ལོག་ལྷ་དང་ལྷ་བ་སྤྲུལ་དེ་དག་ལ་རྗེས་སུ་ཆགས་པ་དང་། དེ་དག་དང་མི་མཐུན་པ་  
ལ་ཁོང་ཁྱོད་བ་དང་། དེ་རྣམས་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་ཁྱོད་བ་ལ་སོགས་པ་ཉི་བའི་  
ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་དང་། དེ་དག་མཆུངས་པར་ལྡན་པའི་མ་རིག་པ་རྣམས་སོ། །  
ལས་ཀྱི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ནི་གང་ཡང་ལྷ་བ་དེ་དག་མཆུངས་ལྡན་དང་བཅས་  
པས་ཀུན་ནས་བསྐྱང་བའི་ལུས་དང་དག་གི་ལས་རྣམས་སོ། །

སྐྱེ་བའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ནི་ངན་སོང་བའི་རྣམ་པར་སྤྲིན་པས་  
བསྐྱུས་པའི་ཡུང་པོ་དང་ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་རྣམས་སོ། །འདི་རྣམས་བདེན་པའི་  
ཆོས་ཉིད་མཐོང་བ་ཙམ་གྱིས་སྦྱོང་སྟེ། གམས་ཅད་ཀྱང་བདེན་པའི་རྣམ་པ་ལ་སྦྱོངས་  
པའི་རྩ་ཅན་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། འགའ་ཞིག་བདག་ལྷ་ཀུན་བརྟགས་ཀྱི་རྩ་བ་  
ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་ནི་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་ཡིན་ཅོ། །  
གམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་གཅིག་ནི་སྒྲིམ་སྤངས་དང་ཟག་མེད་བོར་བའོ། །གང་ལ་རྗེ་  
སྤང་བཤད་པའི་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་དེ་དག་རྣམ་པར་དག་པ་དེ་བདེན་པའི་  
གནས་ལུགས་མཐོང་བའི་ལྷ་བ་ཡུན་ཆོགས་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ལ་དེ་ཡང་ཡུང་པོ་མི་  
རྟག་པ་ཆོས་ཙམ་ལ་རིགས་པ་ཡིན་གྱི། བདག་རྟག་པ་ནི་སྤྲུལ་སྤངས་བྱ་དང་ལྡན་པ་  
ཕྱིས་བདེན་པ་མཐོང་ནས་སྤང་བྱ་དང་བྲལ་བར་མི་འབྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་  
བདག་བདེན་པའི་གནས་ལུགས་རྟོགས་པས་མཐོང་བའམ་ལྷ་བ་ཡུན་སུམ་ཆོགས་  
པར་མངོན་པར་ཞེན་པ་སྦྱོང་ངོ། །

སྒྲིམ་པས་སྤང་བར་བྱ་བ་ནི་མཐོང་ལམ་གྱོབ་པ་ཡན་ཆད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་ཡང་

འབྱུང་བའི་ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་ཚེས་རྣམས་ཐམས་ཅད་དེ་དེ་དག་ནི་མཐོང་བས་  
 སྤང་བར་བྱ་བ་ལས་བསྒྲོག་པ་སྟེ། བདེན་པ་མཐོང་བ་ཙམ་གྱིས་སྤྲོང་བ་མ་ཡིན་གྱི་  
 མཐོང་བེན་གོམས་པར་བྱས་པས་སྤྲོང་བ་ཡིན་པའི་བྱིར་སློམ་པས་སྤང་བར་བྱ་བ་  
 ཡིན་ནོ། །འདི་ལ་ཡང་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་པ་གསུམ་སྟེ་དེ་ལ་ལྟན་ཅིག་  
 སྒྲེས་པའི་འཛིག་ལྟ་དང་མཐར་འཛིན་པར་ལྟ་བ་དང་ཡུལ་ལ་ལོག་པར་ཞུགས་པའི་  
 འདོད་ཆགས་དང་ཁོང་སྤོང་དང་། སེམས་ཅན་ལ་ལོག་པར་ཞུགས་པའི་རྒྱལ་དང་།  
 དེ་དག་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་དང་། ཐམས་ཅད་དང་  
 མཚུངས་པར་ལྟན་པའི་མ་རིག་པ་དང་བཅས་པ་རྣམས་ནི་ཉོན་མོངས་པའི་ཀུན་  
 ནས་ཉོན་མོངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་གིས་དངོས་དང་བརྒྱུད་པ་ཅི་རིགས་པར་ཀུན་  
 ནས་བསྤང་བའི་ལུས་དང་རག་གི་ལས་རྣམས་ནི་ལས་ཀྱི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་  
 ཡིན་ནོ། །བདེ་འགྲོའི་ཡུང་པོ་ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་རྣམས་ནི་སྐྱེ་བའི་ཀུན་ནས་ཉོན་  
 མོངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་  
 པོ་གཉིས་ནི་ཉོན་མོངས་ཅན་ཁོ་ན་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་དང་པོ་ནི་གཟུགས་དང་  
 གཟུགས་མེད་ན་སྤྱོད་པ་རྣམས་ཀྱི་དང་གཉིས་པ་ཡང་གཟུགས་ན་སྤྱོད་པ་རྣམས་ཀྱི་  
 ནི་སྐྱབས་ལ་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ལ། གཉིས་ཀ་ཡང་འདོད་པ་ན་སྤྱོད་པ་  
 རྣམས་ཀྱི་ནི་མི་དགེ་བ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་གསུམ་པ་ནི་རྣམ་  
 པར་སྒྲིན་པའི་ངོ་བོ་ཡིན་པའི་བྱིར་མ་སྐྱབས་ལ་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །  
 འདི་དག་ལ་དགེ་བར་གཏོགས་པ་ནི་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་དོ། །ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་

པ་དང་པོ་ནི་ཁམས་གསུམ་ཀས་བསྐྱས་སོ། །

གཉིས་པ་ནི། ཁམས་འོག་མ་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱས་སོ། །ཐ་མ་ནི་འདོད་པ་  
ཁོ་ནར་སྐྱར་རོ། །སྒྲིམ་པས་སྤང་བར་བྱ་བའི་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་པོ་ནི།  
གོང་མར་གཏོགས་པ་རྣམས་དང་། འདོད་པའི་ལྷ་བ་ལྷན་སྐྱེས་མཚུངས་ལྷན་དང་  
བཅས་པ་རྣམས་ནི། སྐྱབས་ལ་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་ཡིན་ལ། འདོད་པར་གཏོགས་  
པ་གཞན་རྣམས་ནི་མི་དགེ་བ་ཡིན་ནོ། །ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་གཉིས་པ་ལ་ནི་  
དགེ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུམ་ཀ་ཡོད་ལ་ཐ་མ་ནི་མ་སྐྱབས་ལ་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་ཁོ་  
ན་ཡིན་ནོ། །དང་པོ་དང་ཐ་མ་ནི་ཁམས་གསུམ་ཀས་བསྐྱས་སོ། །བར་མ་ཁམས་  
འོག་མ་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱས་སོ། །མཐོང་བའི་སྤང་བར་བྱ་བ་རྣམས་ནི་སྤངས་ཕྱིན་  
ཆད་རྒྱད་ལ་ཀྱན་ཏུ་མི་འབྱུང་ངོ། །སྒྲིམ་པས་སྤང་བར་བྱ་བའི་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་  
ཅན་རྣམས་ནི་སྤངས་ཕྱིན་ཆད་སྤྱར་མི་འབྱུང་ངོ། །དགེ་བ་དང་མ་སྐྱབས་ལ་ལུང་མ་  
བསྟན་དག་ནི་སྤྱར་ཡང་ཀྱན་དུ་འབྱུང་མོད་འོན་ཀྱང་དེ་དག་ལས་སྤེད་པ་མི་འཕེལ་  
བའི་ཕྱིར་སྤངས་པ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ཙམ་ནི་སྤང་བྱ་གཉིས་ཀྱི་བྱུང་པར་མདོར་བསྐྱས་  
པ་སྟེ་རྒྱས་པར་ནི་འོག་ཏུ་བཤད་པར་བྱའོ། །ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཕྱོགས་གཅིག་ནི་མཐོང་  
སྤངས་དང་ཟག་མེད་བོར་བ་རྣམས་སོ། །བསྒྲིམ་པ་ལུན་སུམ་ཚོགས་པའི་སྒྲོ་ནས་ཇི་  
སྒྲིད་བཤད་པའི་བསྒྲིམ་པས་སྤང་བར་བྱ་བ་རྣམས་སྤོང་ལ། དེ་ཡང་ལུང་པོ་མི་རྟག་  
པ་ཚོས་ཙམ་ལ་འཐད་ཀྱི་བདག་རྟག་པ་ལ་མི་རུང་བས་དེའི་ཕྱིར་བདག་སྒྲིམ་པ་  
ལུན་སུམ་ཚོགས་པར་མདོན་པར་ཞེན་པ་སྤོང་ངོ། །སྤང་བྱ་མ་ཡིན་པ་ནི། ཟག་པ་



མེད་པའི་ཚེས་རྣམས་ཡིན་ཏེ། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་ཉེས་པ་མེད་པས་གཉེན་པོས་  
གཞིམ་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་པར་འབྱེད་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་ནི་  
རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་ཟག་མེད་ཡིན་ཡང་སྤང་བྱ་མ་ཡིན་པའི་ཟག་མེད་གྱི་ཁོང་སུ་  
གཏོགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཟག་པའི་གནས་ངན་ལེན་གྱི་རྗེས་སུ་འབྲེལ་པས་སྒྲིམ་  
པས་སྤང་བར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཡང་ཇི་ལྟར་ཞེན་གང་གི་ཆེ་དེས་པར་  
འབྱེད་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པའི་དགོ་བ་སྒྲིམ་པ་དེའི་ཆེ་ཡང་ཉན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་  
ཡིད་ཡོད་པས་དགོ་བ་དེ་ཡང་བདག་ཏུ་འཛིན་པས་བཅིངས་པའི་ཕྱིར་ཟག་པ་དང་  
བཅས་པ་ཡིན་ནོ། །གཞུང་རྣམས་སུ་ཁམས་བཅུ་དང་སྟེ་མཆེད་བཞི་ཞེས་འདོན་  
ཞིང་འཆད་པ་ནི་ནོར་བར་མངོན་སྟེ། སྤར་གྱི་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་དང་། ཟག་པ་  
མེད་པའི་དངོས་པོའི་རྐང་གྲངས་དང་འགལ་བའི་ཕྱིར་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པའི་  
ཁམས་ལྔ་ལ་ཟག་མེད་མི་སྤྲད་དེ། དེ་དག་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་ཁ་ཕྱི་རོལ་དུ་བལྟས་  
པའི་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་པས་ལམ་བརྟེན་པ་མི་སྤྲད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འགྲེལ་པར་མི་  
སྒྲོབ་པའི་ལུས་ངག་གིས་ལས་ཟག་མེད་ཡིན་པས་ལུས་གཟུགས་སྒྲུའི་ཁམས་ཟག་  
མེད་ཡོད་ཞེས་ཟེར་བ་ཡང་དཔྱད་པར་བྱ་སྟེ། ལུས་ཀྱི་ལས་གཟུགས་ཀྱི་ཁམས་སུ་  
འགྱུར་བ་ནི་ལུས་ཀྱིས་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་ལས་གཞན་མ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་རྣམ་སྒྲིན་  
གྱི་ལུས་ཀྱིས་ཆ་ལ་རྟགས་པའི་དབྱིབས་ཡིན་པས། ཡང་དག་པར་ན་མ་སྒྲིབས་ལུང་  
མ་བསྟན་དང་། ཟག་པ་དང་བཅས་པར་འཐད་གྱི་དགོ་བ་འམ་ཟག་མེད་དུ་མི་  
འཐད་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྤར་གཟུགས་སྒྲུའི་ཁམས་དགོ་བ་དང་མི་དགོ་བར་བཞག་པ་

ནི་དགོས་པའི་དབང་གིས་ཉེ་བར་བརྟགས་པ་ཙམ་ཡིན་ཞེས་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

དེ་བས་གཞུང་ཁ་ཅིག་ཏུ་སྤང་པོ་རྣམས་དང་ཁམས་གསུམ་དང་སྒྲེ་མཆེད་གཉིས་ཀྱིས་ཕྱོགས་གཅིག་ཅེས་འདོན་པས་དེ་ལྟར་ན་ཁམས་དང་སྒྲེ་མཆེད་ཐ་མ་གསུམ་དང་གཉིས་ཀྱིས་ཕྱོགས་ནི་ལམ་གྱི་བདེན་པ་དང་འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་བསྐྱེས་པ་རྣམས་སོ། །སྤང་པོ་རྣམས་ཀྱི་ཕྱོགས་ནི་ལམ་དང་ལམ་གྱིས་རྗེས་ལས་བྱོབ་པས་བསྐྱེས་པ་རྣམས་སོ། །ཇི་སྐད་དུ་དཔེ་མེད་པར་བསྟོན་པ་ལས། ཉེས་པ་ཉམས་སྦྱང་རྩད་ནས་བརྟོན། །ཡོན་ཏན་སྤེལ་ན་རྣམ་པར་སྦྱངས། །གཞུང་ལུགས་བཟང་པོ་དེས་ན་ཁྱོད། །གྲུབ་མཆོག་ལྷག་པར་བརྟེན་པ་ལགས། །ཅེས་པ་ལྟར་སྦྱང་བྱའི་ཉེས་པ་མེད་ཅིང་ཡོན་ཏན་རྣམས་དང་ལྷན་པའི་ཟག་མེད་ཆོས་ཙམ་དུ་ཤེས་པ་ན་བདག་དེ་ལྟ་བུའི་གྲུབ་པ་ཟག་མེད་དུ་མངོན་པར་ཞེན་པ་སྦྱང་ངོ། །

རྟོན་འབྲེལ་ལ་དོན་གསུམ་གྱི་མདོར་བསྟན་པ་དང་། དེ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་གཉིས་ལས། །དང་པོ་ནི། ཇི་ལྟར་ན་རྟོན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བ་ཡིན་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པའོ། །དེ་ཡང་ཤེས་པར་བྱ་བའི་དངོས་པོ་རྟོན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བ་དེ་ཉིད། ཤེས་པར་བྱ་བའི་དོན། མཆོན་ཉིད་ལ་སོགས་པ་བཅུའི་སྒྲོ་ནས་ཡོངས་སུ་ཤེས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་རྟོན་འབྲེལ་གྱི་རང་བཞིན་ཤེས་པར་བྱེད་པའི་མཆོན་ཉིད་དང་མཆོན་ཉིད་དེ་དང་ལྷན་པའི་མཆོན་གཞིའི་ཡན་ལག་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་དང་། བྱེ་བའི་ཡན་ལག་དེ་རྣམས་རྒྱ་འབྲས་ཀྱིས་ཡན་ལག་བཞིར་མདོར་བསྐྱེ་བ་དང་། །ཡན་ལག་དེ་རྣམས་སྡུ་མ་སྡུ་མ་བྱི་མ་བྱི་མའི་རྒྱུ་དུ་རྣམ་པར་བཞག་པ་དང་།

ཡན་ལག་སྒྲ་མ་སྒྲ་མས་ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་ལ་བྱ་བ་བྱེད་ཚུལ་གྱི་ལས་རྣམ་པར་བཞག་པ་  
 དང་། ཡན་ལག་དེ་རྣམས་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་རྣམ་པར་གསུམ་དུ་བསྡུ་བ་དང་།  
 ཉོན་འབྲེལ་གྱི་སྒྲིའི་དོན་དང་དོན་དེ་ཉིད་ཚོགས་པར་དཀའ་བའི་ཕྱིར་ཟབ་པ་དང་།  
 ཕྱི་ནང་གི་ཉོན་འབྲེལ་ཀུན་གྱི་ཐུན་མོང་གི་རབ་དུ་བྱེད་བ་དང་། རང་གི་ཉོན་འབྲེལ་  
 སྒྲར་བའི་ཕྱིར་དུ་དེ་དག་ལུགས་དང་མཐུན་པ་དང་། ལུགས་དང་མི་མཐུན་པར་  
 སྒྲིམ་པའི་ཚུལ་བསྟན་པས་ཀྱང་ཉོན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བ་རྣམས་པར་བཞག་  
 པར་ལྟའོ། །ཚུལ་གྱི་ཁམས་དང་སྒྲེ་མཆེད་གྱི་ཕྱོགས་གཅིག་འདུས་མ་བྱས་མ་  
 གཏོགས་པ་སྟེ། དེ་ནི་རྒྱ་དང་རྒྱུན་ལ་རག་མ་ལས་པས་ཉོན་ཅིང་འབྲེལ་པར་  
 འབྱུང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །སྒྲེ་བ་ཐམས་ཅད་གཡོ་བ་མེད་པའི་རྒྱུན་ལས་བྱུང་བ་སོགས་  
 གྱི་ཉོན་འབྲེལ་དུ་ཤེས་པ་ན་བདག་དུ་གདགས་པའི་གཞི་ནང་གི་དངོས་པོ་རྣམས་  
 དང་། ཚུལ་ཕྱིའི་དོན་རྣམས་རྒྱང་འཕེན་པ་ལྟར་རྒྱ་མེད་པར་སེམས་པ་དང་། གྲངས་  
 ཅན་ལ་སོགས་པ་ལྟར། དབང་ལྷག་དང་གཙོ་བོ་སོགས་མི་མཐུན་པའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་  
 བར་མངོན་པར་ཞེན་སྦྱང་བར་བྱེད་དེ། ཉོན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ནི་ལྟ་བ་ངན་  
 པ་ཐམས་ཅད་གྱི་གཉེན་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་དག་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་བཅུ་ལས་རེ་ཞིག་ཉོན་ཅིང་འབྲེལ་བར་  
 འབྱུང་བའི་མཚན་ཉིད་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་བཙོམ་ལྡན་འདས་གྱིས་བྱེ་བྲག་རྣམ་  
 པར་འབྱེད་པའི་མདོ་ལས་འདི་ཡོད་པས་འདི་འབྱུང་། འདི་སྒྲེས་པས་འདི་སྒྲེས་ཏེ།  
 འདི་ལྟ་སྟེ། ས་རིག་པའི་རྒྱུན་གྱིས་འདུ་བྱེད་ཅེས་པ་ལ་སོགས་པ་གང་གསུངས་པ་



དེ་ལ་འདི་ཡོད་ན་འདི་འབྱུང་ཞེས་པའི་དོན། བྱི་དང་ནང་གི་འབྲས་བུ་རྣམས་གཞི་  
 བ་མེད་པའི་རྒྱུ་ལས་བྱུང་བའི་བྱིར་ཏེ། རྒྱུ་དང་རྒྱུན་ཉི་བར་ཡོད་པ་ཙམ་ལས་  
 འབྲས་བུ་འབྱུང་གི་རྒྱ་རྒྱུན་ལ་འབྲས་བུ་འདི་འདྲ་བ་ཞིག་སྐྱེད་པར་བྱའོ་ཞེས་སྒྲོ་གྲོས་  
 ཏུ་གཏོང་བའི་གཞི་བ་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །འདིས་ནི་དབང་ལྷན་དང་ཚངས་པ་ལ་  
 སོགས་པ་སེམས་དང་ལྷན་པའི་བྱེད་པ་པོ་ཁས་ལེན་པ་བསལ་བ་ཡིན་ནོ། །འདི་  
 སྐྱེས་པའི་བྱིར་འདི་སྐྱེ་ཞེས་པའི་དོན། འབྲས་བུ་རྣམས་མི་རྟག་པའི་རྒྱུ་ལས་བྱུང་  
 བའི་བྱིར་ཏེ། རྒྱུ་དང་གི་རོ་བོ་རྒྱུན་ལས་མ་གྲུབ་པ་ལ་འབྲས་བུ་འགའ་ཡང་འབྱུང་  
 བ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་ནམ་མཁའ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ཏུ་རང་གི་རོ་བོ་མ་གྲུབ་པའི་  
 བྱིར་དང་། ཅི་སྟེ་གྲུབ་ན་ཡང་དེ་ལྟ་བུ་ལ་རྒྱུན་གྱིས་བྱེད་པར་བྱུང་བའི་བྱིར་  
 འབྲས་བུ་ཐམས་ཅད་ཅིག་ཅར་སྐྱེ་བའམ། ནམ་ཡང་མི་སྐྱེ་བར་བལ་བར་འགྱུར་  
 བའི་བྱིར་རོ། །འདིས་ནི་གཙོ་བོ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོའི་གཞི་བ་མེད་ཀྱང་རྟག་པ་བྱེད་པ་  
 པོར་སྒྲུབ་པ་བསལ་བ་ཡིན་ནོ། །འདི་ལྟ་སྟེ་མ་རིག་པའི་རྒྱུན་གྱིས་འདྲུབྱེད་ཅེས་པ་ལ་  
 སོགས་པའི་དོན་ནི། གཞི་བ་མེད་ཅིང་མི་རྟག་ཀྱང་རྒྱུན་གང་ཡང་རུང་བ་ལས་  
 འབྲས་བུ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་གྱི་མ་རིག་པ་ལས་འདྲུབྱེད་ལྟར་རྗེས་སུ་  
 མཐུན་པའི་འབྲས་བུ་སྐྱེད་པ་ལ་རྣམས་པ་དང་ལྷན་པའི་རྒྱུན་ལས་དེ་དང་རྗེས་སུ་  
 མཐུན་པའི་འབྲས་བུ་འབྱུང་བའི་བྱིར་རོ། །འདིས་ནི་ས་སོགས་འབྱུང་བ་རྣམས་ལ་  
 སེམས་སྐྱེ་བ་སྒྲུབ་པ་ལ་སོགས་པ་སེལ་བར་བྱེད་དོ། །མདོར་བསྡུས་ན་བྱེད་པར་  
 གསུམ་དང་ལྷན་པའི་རྒྱུན་ལས་བྱུང་བ་ནི་རྟོན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་མཚན་

ཉིད་ཡིན་ནོ། །ཁྱད་པར་གསུམ་གང་ཞེན། གཡོ་བ་མེད་པ་ལ་སོགས་པའོ། །དེ་ལ་  
དང་པོས་ནི་སྒྲིན་གྱི་མཐའ་ལ་སྒྲོངས་པ་སེལ་སྟེ། བྱིན་པ་གི་འབྲས་བུ་འདི་དག་སྒྲིན་  
དབང་ལྷག་པ་ལ་སོགས་པ་བྱེད་པ་པོ་འགའ་ཞིག་གིས་སྒྲོ་སྒྲིན་དུ་བཏང་སྟེ་བྱས་  
སམ་སྒྲམ་པའི་དོགས་པ་བརྒྱུག་པར་བྱེད་པའི་བྱིར་རོ། །

གཉིས་པས་ནི་ད་ལྟར་གྱི་རང་གི་ངོ་བོ་ལ་སྒྲོངས་པ་སེལ་དེ། གཙོ་བོ་ལ་  
སོགས་པ་རྟག་པའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བས་རང་གི་ངོ་བོ་ཡང་སྒྲོང་ཅིག་གིས་སྒྲེ་འགག་མི་  
བྱེད་པའི་རྟག་པར་སྒྲོ་འདོགས་པ་ལྷོག་པའི་བྱིར་དེ། རྒྱ་རྒྱུན་མི་རྟག་པ་ལས་སྒྲེས་  
པའི་འབྲས་བུ་རྟག་པའི་གོ་སྐབས་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །

གསུམ་པས་ནི་བྱི་མའི་མཐའ་ལ་སྒྲོངས་པ་སེལ་དེ། ལྷགས་གྱི་མཆོད་སྒྲིན་  
ལ་སོགས་པ་མི་མཐུན་པའི་རྒྱ་ལས་མ་འོངས་པ་ན། མཐོ་ངོས་གྱི་བདེ་བ་ལ་སོགས་  
པ་མི་མཐུན་པའི་འབྲས་བུ་འབྱུང་བར་སྒྲ་བ་སེལ་བའི་བྱིར་དེ། རྒྱ་དང་རྗེས་སུ་  
མཐུན་པར་འབྲས་བུ་འབྱུང་གི། །མི་མཐུན་པའི་རྒྱ་ལས་མི་མཐུན་པའི་འབྲས་བུ་མི་  
འབྱུང་བའི་བྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་ཆོས་འདི་ལས་བྱི་རོལ་དུ་གྱུར་པ་ན་མས་ནི་རྟེན་ཅིང་  
འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཁས་མི་ལེན་དེ། བྱེད་པ་པོ་དང་རྟག་པའི་རྒྱ་ཁས་ལེན་པའི་  
བྱིར་དང་ཁ་ཅིག་རྒྱ་མེད་དུ་སྒྲ་བའི་བྱིར་རོ། །ཆོས་འདི་པ་ཐམས་ཅད་ནི་རྟེན་ཅིང་  
འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་སྒྲ་བ་ཤ་སྟག་ཡིན་དེ། གཞན་དུ་ན་ཆོས་འདི་ལས་བྱི་རོལ་དུ་  
གྱུར་པར་ཐལ་བའི་བྱིར་དེ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་གསུང་གི་གཙུག་པ་ཟབ་མོ་  
ཁས་མི་ལེན་པའི་བྱིར་རོ། །འི་སྒྲོང་དུ་སྒྲོ་བ་དཔོན་གྱུ་སྒྲུབ་གྱིས། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་

བར་འབྲུང་འདི་རྒྱལ་བ་ཡི། །གསུང་གི་མཛོད་ཀྱི་གཅེས་པ་ཟབ་མོ་སྟེ། །ཞེས་གང་  
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

དེ་ལྟ་ན་ཡང་གྲུབ་མཐའ་སྒྲིབ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་  
འབྲུང་བའི་དོན་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་རྟོགས་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་རྟེན་ཅིང་  
འབྲེལ་བར་འབྲུང་བ་ནི་གཉིས་ཏེ། རོ་བོ་ཉིད་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་རྟེན་འབྲེལ་དང་།  
རྟེན་པ་དང་མི་རྟེན་པའི་འགྲོ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ལོ། །དང་པོ་ནི་ཕྱི་  
དང་ནང་གི་དངོས་པོ་ཀུན་རྒྱ་དང་རྒྱེན་གང་ལས་ཇི་ལྟར་འབྲུང་བའི་ཚུལ་ལོ། །  
གཉིས་པ་ནི་ནང་གི་སྒྲིབ་མཆོད་དུག་གི་དངོས་པོ་འདི་རྒྱ་དང་རྒྱེན་གང་ལས་འགྲོ་བ་  
ལྟ་བུ་འཁོར་བར་ཚུལ་ཇི་ལྟར་འཇུག་པའོ། །དེ་ལ་ཕྱི་རོལ་པ་དག་ནི་རྟེན་ཅིང་  
འབྲེལ་བར་འབྲུང་བ་དང་པོ་ལ་སྒྲོངས་པས་རྒྱ་མེད་པ་དང་མི་མཐུན་པ་རྒྱུར་སྒྲིབ་  
བྱེད་ལ། གཉིས་པ་ལ་སྒྲོངས་པས་ཟབ་པོ་ལ་སོགས་པའི་བདག་ཏུ་རྟོག་པར་བྱེད་དོ། །  
བྱེ་བྲག་དུ་སྒྲིབ་དང་མདོ་སྟེ་པ་དག་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྲུང་བ་དང་པོ་ལ་སྒྲོངས་  
པ་ཡིན་ཏེ། ཕྱི་རོལ་རྣམས་རྟུལ་ཕྱུག་གིས་བྱས་པ་དང་ནང་གི་སྒྲིབ་མཆོད་རྣམས་ཀྱང་  
སྒྲོན་གྱི་ལས་ཀྱི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ་ལ་སོགས་ཁས་ལེན་པའི་ཕྱིར་རོ། །མ་རིག་པའི་  
རྒྱེན་གྱིས་འདུ་བྱེད་ལ་སོགས་པ་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་འཇུག་པ་ཁས་ལེན་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྲུང་བ་གཉིས་པ་ལ་སྒྲོངས་པ་མ་ཡིན་མོད། འོན་  
ཀྱང་བྱེ་བྲག་དུ་སྒྲིབ་རྣམས་ནི་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཆོ་གསུམ་  
གྱི་ཕྱང་པོ་ལྟ་གཞི་གནས་སྒྲིབ་པས་ལ་འཛོག་པ་སོགས་ལོག་པར་རྟོགས་པ་ཡང་ཡོད་



པས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་རྟོགས་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་རྟེན་  
ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་དང་པོ་ཤེས་པས་ནི་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་སྒྲོང་བར་བྱེད་དོ། །

གཉིས་པའི་རང་བཞིན་ཁོངས་སུ་རྒྱུད་པ་ལས་ནི་ཉོན་མོངས་པའི་སྒྲིབ་པ་  
སྒྲོང་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་རྣམ་པ་གཉིས་པོ་དེ་ནི་གོ་  
རིམ་བཞིན་དུ་ཆོས་དང་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པས་རབ་དུ་བྱེ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །  
དེའི་བྱིར་འདིར་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐེག་པ་པ་དག་ནི་རྟེན་ཅིང་  
འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་གཉིས་པ་ལྟར་ལེན་པར་བྱེད་ལ། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་པ་དག་ནི་  
དང་པོ་ཉིད་ལྟར་ལེན་པར་བྱེད་དོ། །དེ་ལ་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་པ་ནི་གཉིས་ཏེ། རྣམ་པར་  
རིག་པ་ཙམ་དུ་སྒྲླ་བ་དང་། རོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་སྒྲླ་བའོ། །རྣམ་རིག་ཙམ་དུ་སྒྲླ་བ་  
དག་གི་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་དང་པོ་ས་བོན་ཐམས་ཅད་པའི་རྣམ་པར་  
སྒྲིན་པའི་རྣམ་ཤེས་ལས་ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བའི་ཚུལ་ནི་སྒྲར་རྒྱས་པར་  
བཤད་ཅིན་ཏོ། །

རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་གཉིས་པ་མ་རིག་པ་ལ་སོགས་པ་ཡན་  
ལག་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་འཇུག་པ་ནི་གཞུང་ཉིད་དུ་རྒྱས་པར་འཆད་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་  
གཉིས་ཀའི་བྱན་མོང་གི་མཆོན་ཉིད་གཡོ་བ་མེད་པའི་རྒྱུན་ལས་བྱུང་བ་སོགས་ཀྱང་  
བཤད་ཅིན་ཏོ། །རོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་སྒྲླ་བ་དག་གི་ལྟར་ན་ནི་རྣམ་རིག་ཙམ་དུ་སྒྲླ་བ་  
དག་གྱུང་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་དོན་ལ་བྱིན་ཅི་ལོག་དུ་ཞུགས་པ་ཡིན་ཏེ།  
ཇི་ལྟར་སྒྲུང་བའི་རྒྱ་དང་རྒྱུན་ཀུན་རྫོབ་པ་བོར་ནས་ཤིན་དུ་མི་སྒྲུང་བ་ཀུན་གཞི་རྣམ་

ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་ལས་འབྱུང་བར་ཁས་ལེན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་དག་གི་ལྷ་ར་ན་རྟེན་ཅིང་  
 འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་དོན་ནི་བདག་དང་གཞན་དང་། གཉིས་ཀ་དང་རྒྱ་མེད་པ་  
 ལས་སྐྱེ་བ་རྣམས་པར་སྤངས་ནས་སྐྱེ་མའི་མེ་ལས་དུག་དུ་བ་འབྱུང་བ་ལྷ་ར་རྣམས་པར་  
 རྟོག་པའི་ཚངས་པས་སྐྱེ་ལ་པའི་རྒྱ་འབྲས་ནི་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཞེས་ཐ་  
 སྟོང་དུ་འདོགས་པར་བྱེད་དེ་རྩིས་དུ། དབུ་མ་སྟོང་པར། སྐྱེ་བ་སྐྱེ་ལ་རང་གིས་  
 བྱས་པ་དང་། །གཞན་གྱིས་བྱས་དང་གཉིས་ཀས་བྱས། །རྒྱ་མེད་རྟོག་གི་པ་ཡིས་  
 བརྟགས། །ཁྱོད་གྱིས་རྟེན་ནས་འབྱུང་བར་གསུངས། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྷ་ར་རོ། །  
 ཤིན་དུ་ཟབ་པའི་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་འདི་ནི་སྟོང་དུ་རུང་ཞིང་དོན་དུ་  
 གཉིར་བ་རྣམས་ལ་ཁོ་བོས་ལོགས་སུ་བསྟན་པར་བྱའི། འདིར་ནི་སྐྱབས་མ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་མི་སྟོའོ། །རྣམ་པར་རིག་པ་ཙམ་དུ་སྒྲིབ་དག་གི་ལྷ་ར་ན། རོ་བོ་ཉིད་མེད་  
 པར་སྒྲིབ་རྣམས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རྒྱ་ལ་དེ་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འབྲས་བུ་རྣམས་  
 རང་ལས་དོན་གཞན་པའི་རྒྱ་དང་རྒྱེན་ལས་སྐྱེ་བ་ལ་སྐྱུར་བ་གདབ་པའི་ཕྱིར་རོ་  
 སྟམ་དུ་སེམས་པར་བྱེད་དོ། །

གཉིས་པ་ཡན་ལག་རྣམས་པར་དབྱེ་བ་ནི། ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་རྣམས་ཏེ་  
 ཞེས་པ་ལ་སོགས་པའོ། །དེ་ལ་མ་རིག་པ་ནི། གང་གི་དབང་གི་སེམས་ཅན་རྣམས་  
 འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་དང་མྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་ཡན་ཡོན་ལ་སྒྲོངས་པ་རིག་  
 པ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མི་མཐུན་སྟོགས་སུ་གྱུར་པ་ཞིག་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་མཐོང་བས་སྤང་  
 བར་བྱ་བ་འམ་འོན་ཏེ་སྒྲོམ་པས་སྤང་བར་བྱ་བ་གང་ཡིན་ཞེན། འདི་ལ་དོན་གསང་

རྣམ་པར་བཤད་པ་ལས། འདི་ནི་ཡང་སྤྲིད་པར་འཕེན་བྱེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་།  
 རྟེན་འགྲེལ་གྱི་མདོ་འགྲེལ་ལས། བདེན་པ་མཐོང་ལ་འཕེན་པ་མེད་ཅེས་གསུངས་  
 པའི་ཕྱིར། མཐོང་བས་སྤངས་པར་བྱ་བའི་མ་རིག་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བཤད་ཀྱང་  
 ལེགས་པར་མ་མཐོང་སྟེ། འདི་ལྟར་འདོད་པ་ན་སྤྲིད་པའི་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་  
 བའི་ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་ནི་མི་དག་གི་ཁོ་ན་ཡིན་ལ། དེའི་ཕྱིར་འདོད་པར་  
 བསགས་པའི་བསོད་ནམས་དང་མི་གཡོ་བའི་འདུ་བྱེད་དེ་དག་མི་དག་གི་ཁོ་ན་པར་  
 འགྱུར་ཏེ་འདོད་པའི་མཐོང་སྤང་མ་རིག་པའི་རྒྱུན་ལས་བྱུང་བའི་ཕྱིར། བསོད་  
 ནམས་མ་ཡིན་པའི་ལས་བཞེན་ནོ། །དེ་བས་ན་སྐབས་འདིའི་མ་རིག་པ་ནི་འདུ་  
 བྱེད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱིའི་རྒྱུན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྒྲོམ་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་  
 ཡང་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་ཀྱི་ལའོར་དུ་འབྱུང་བའི་མ་རིག་པ་མ་འདྲེས་པ་ཞེས་  
 བཤད་པ་དེ་ཡིན་གྱི་ཡིད་ཀྱི་ཤེས་པའི་ལའོར་དུ་སྒྲེས་པ་རྣམས་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་  
 བསོད་ནམས་དང་མི་གཡོ་བའི་འདུ་བྱེད་དག་ལ་རྗེས་སུ་མི་འབྲང་བའི་ཕྱིར་རོ། །

ཅི་སྟེ་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་ལའོར་དང་བཅས་པ་ནི། ཁ་ནང་དུ་  
 བལྟས་པའི་ཕྱིར་དག་བའམ་མི་དག་གི་ལས་ཀུན་ནས་སྤོང་བར་བྱེད་མི་རུས་པ་  
 མ་ཡིན་ནམ་ཇི་ལྟར་འདུ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུན་དུ་འགྱུར་ཞེན། ཀུན་སྤོང་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ།  
 རྒྱུའི་དུས་ཀྱི་ཀུན་སྤོང་དང་། དེའི་དུས་ཀྱི་ཀུན་སྤོང་རོ། །དང་པོ་ནི་བརྒྱད་པའི་རྒྱུན་  
 ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ནི་དངོས་ཀྱི་རྒྱུན་ཡིན་ནོ། །མ་རིག་པའི་རྒྱུན་གྱིས་འདུ་བྱེད་  
 ཞེས་བྱ་བ་འདིར་ནི། རྒྱུའི་དུས་ཀྱི་ཀུན་སྤོང་གི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་གྱི་དེའི་དུས་



ཀྱི་ཀུན་སྟོང་མ་ཡིན་ཏེ། གཞན་དུ་ན་བསོད་ནམས་དང་མི་གཡོ་བའི་ལས་ཀྱང་ཉོན་  
མོངས་ཅན་ཁོ་ནར་འགྱུར་ཏེ། མ་རིག་པ་དེའི་དུས་ཀྱི་ཀུན་སྟོང་དུ་ལྷན་བའི་སྤྱིར་  
བསོད་ནམས་མ་ཡིན་པའི་ལས་བཞིན་ནོ། །དེ་བས་ན་འདུ་བྱེད་རྣམ་པ་གསུམ་ཀ་  
ཡང་རྒྱའི་དུས་ཀྱི་ཀུན་སྟོང་མ་རིག་པས་ཀུན་ནས་བསྐྱང་བར་མཆུངས་པའི་སྤྱིར་  
བསམས་ཅད་ཀྱང་ཡང་སྤྱིར་བའི་སྐྱེ་བ་འཕེན་བྱེད་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ལ་དེའི་དུས་ཀྱི་  
ཀུན་སྟོང་དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བའི་རྩ་བ་སོ་སོ་ལས་བྱུང་བའི་སྤྱིར་རྣམ་སྤྲིན་འདོད་པ་  
དང་མི་འདོད་པ་འབྱེན་པའི་ལས་དགེ་སྤྱི་གསོ་སོ་སོར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་  
བསོད་ནམས་མ་ཡིན་པའི་ལས་ཀྱི་དེའི་དུས་ཀྱི་ཀུན་སྟོང་ནི་མི་དགེ་བའི་རྩ་བ་  
གསུམ་གང་རུང་ཡིན་ལ། གཞན་གཉིས་ཀྱི་དེའི་དུས་ཀྱི་ཀུན་སྟོང་ནི་མ་ཆགས་པ་  
ལ་སོགས་པའི་དགེ་བའི་རྩ་བ་གསུམ་ཀ་ཡིན་ནོ། །

ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་ཀྱི་འཁོར་གྱི་མ་རིག་པ་རྒྱའི་དུས་ཀྱི་ཀུན་སྟོང་  
དུ་ཡང་རྗེ་ལྷར་རུང་ཞེ་ན། མ་རིག་པ་དེའི་དབང་གིས་བདག་ཏུ་ལྷ་བ་དང་བདག་ལ་  
ཆགས་པ་འབྱུང་ལ། གང་ཞིག་བདག་ལ་ཆགས་པ་དང་བཅས་པ་དེ་ནི། བདག་ཆེ་  
འདིར་བདེ་བའི་ཆེད་དུ་སྟོག་གཙོད་པ་ལ་སོགས་པ་བསོད་ནམས་མ་ཡིན་པའི་ལས་  
ལ་འཇུག་པར་བྱེད་ལ། བདག་ཆེ་སྤྱི་མར་བདེ་བར་འདོད་པས་ནི་བསོད་ནམས་  
དང་མི་གཡོ་བའི་ལས་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་དོ། །དེ་ལྷར་ན་འདུ་བྱེད་དེ་དག་གང་  
ལས་འབྱུང་བའི་གཞི་ནི་མ་རིག་པ་དེ་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར། མ་རིག་པ་དེ་ནི་དེ་དག་  
གི་རྒྱའི་དུས་ཀྱི་ཀུན་སྟོང་དུ་རིགས་པ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་མ་རིག་པ་ནི་སྒྲིམ་སྤྱང་ཡིན་

པའི་ཕྱིར། བདེན་པ་མཐོང་བ་འགའ་ཞིག་ལ་ཡང་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འཕགས་པ་  
རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཡང་སྤྱད་འཕེན་བྱེད་ཀྱི་ལས་སོགས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས། ཉེས་པ་  
འདི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཇི་སྤྱད་བདེན་པ་མངོན་སུམ་དུ་མ་མཐོང་བ་དེ་སྤྱད་དུ་ནི།  
བྱིས་པ་རྣམས་ལ་བདག་མེད་ལ་མོས་པ་ཙམ་ཡོད་ཀྱང་དེ་ནི་གིན་དུ་སྟོབས་ཆུང་བའི་  
ཕྱིར་དང་། བདག་དུ་ལྟ་བུ་བཞི་བོག་མ་མེད་པ་ནས་གོམས་ཤུགས་ཆེ་བའི་ཕྱིར། ཡང་  
སྤྱད་འཕེན་བྱེད་ཀྱི་ལས་སོགས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། གང་གི་ཆེ་བདེན་པ་མངོན་  
སུམ་དུ་མཐོང་བ་དེའི་ཆེ། བདག་མེད་ཏྟགས་པའི་ཤེས་རབ་ནི་ཆེས་སྟོབས་དང་  
ལྡན་པའི་ཕྱིར། རྗེས་བྱོབ་དུ་རི་མོ་ལ། བཅ་རང་གིས་བྱིས་པའི་གཟུགས་བརྒྱན་ལ་  
གཞོད་སྦྱོར་དུ་འབྲུལ་བ་ལྟར། བདག་ལྟ་ཅུང་ཟད་སྦྱེ་ཡང་དེ་མ་ཐག་ལྟོག་པས་  
སྟོབས་ཆུང་བའི་ཕྱིར་ཡང་སྤྱད་པ་འཕེན་པའི་རྣམས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཞན་ཡང་འདི་ཉིད་དུ་མ་རིག་པ་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། ལས་འབྲས་ལ་  
སྟོངས་པ་དང་དེ་ཁོ་ནའི་དོན་ལ་སྟོངས་པའོ། །དང་པོས་ནི་བསོད་ནམས་མ་ཡིན་  
པའི་ལས་སོགས་པར་བྱེད་དོ། །གཉིས་པས་ནི་བསོད་ནམས་དང་མི་གཡོ་བའི་  
ལས་སོགས་པར་བཤད་པ་ཇི་ལྟར་ཞེས། དང་པོ་ནི་དེའི་དུས་ཀྱི་ཀུན་སྟོང་གི་དབང་  
དུ་བྱས་པ་ཡིན་ལ། གཉིས་པ་ནི་རྒྱའི་དུས་ཀྱི་ཀུན་སྟོང་གི་དབང་དུ་བྱས་པའི་ཕྱིར་  
ཉེས་པ་མེད་དོ། །གང་ཡང་རྣལ་འབྱོར་སྟོན་པའི་སར། །རྒྱན་དུ་ཞུགས་པས་ཡན་  
ལག་དུ། །སྤངས་པར་བརྗོད་པར་བྱ་ཞེས། །བམས་ཅད་ཀྱི་ཕྱོགས་གཅིག་སྟེ་གང་  
ཡང་རིལ་པོར་སྤངས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པའང་རན་སོང་བའི་འགྲོ་

བས་བསྐྱས་པ་རྣམས་སྤངས་པ་དང་། བདེ་འགྲོ་བའི་འགྲོ་བས་བསྐྱས་པ་རྣམས་མ་  
 སྤངས་པ་ལ་དགོངས་པ་ཡིན་གྱི་མ་རིག་པ་ལ་སྤང་བྱ་གཉིས་ཡོད་པར་སྟོན་པ་ནི་མ་  
 ཡིན་ཅོ། །གཞན་ཡང་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བའི་མ་རིག་པ་ནི་ཆོས་ལོག་ཉན་པ་  
 ལ་སོགས་པ་སྒོ་བུར་བའི་རྒྱུན་གྱིས་བསྒྲོས་པའི་ཀུན་བརྟགས་ཡིན་པའི་སྤྱིར་བྱ་དང་  
 རི་དྲགས་དང་གྲུབ་མཐས་སྒོ་མ་བསྐྱར་བའི་བྱིས་པ་རྣམས་ལ་དེ་མདོར་གྱུར་དུ་  
 འབྱུང་བ་མེད་པའི་སྤྱིར་དེ་དག་གིས་ཡང་སྤྱིར་འཕྲེན་བྱེད་གྱི་ལས་མི་སོགས་པར་  
 ཐལ་བའི་སྤྱིར་ན་འདིར་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ཡན་ལག་གི་མ་རིག་པ་ནི་མཐོང་བས་  
 སྤངས་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་གྱི་བསྒྲོམ་པས་སྤང་བར་བྱ་བ་ཡིན་ལ་དེ་ཡང་ཉན་མོངས་  
 པ་ཅན་གྱི་ཡིད་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་མ་འདྲེས་པའི་མ་རིག་པ་ཡིན་ཅོ་ཞེས་བྱ་  
 བར་འབྲད་པ་ཡིན་ཅོ། །འདུ་བྱེད་ནི་སེམས་པ་དང་བསམས་པའི་རང་བཞིན་གྱི་  
 ལས་བསོད་ནམས་ལ་སོགས་པ་གསུམ་དང་དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བའི་ལས་ཀྱི་ལམ་  
 བཙུ་རྣམས་ཡིན་ཅོ། །

རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་འདུ་བྱེད་དེ་དག་གི་ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་འཛིན་པར་  
 བྱེད་པའི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་རྒྱའི་དུས་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་དང་།  
 འབྲས་བུའི་དུས་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་གཉིས་ལས་དང་པོ་ནི། གང་གིས་བསོད་ནམས་ལ་  
 སོགས་པའི་འདུ་བྱེད་རྣམས་ཀྱི་བག་ཆགས་འཛིན་པར་བྱེད་པ་སྟེ། དེ་ནི་འདུ་བྱེད་  
 ཀྱི་རྒྱུན་གྱིས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཞེས་པའི་རྣམ་ཤེས་ཡིན་ཅོ། །གཉིས་པ་ནི་གང་གིས་  
 དབང་གིས་མིང་གཟུགས་རྣམས་མའི་མངལ་དུ་འཕྲེལ་བར་བྱེད་པ་སྟེ། དེ་ནི་རྣམ་



པར་ཤེས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་མིང་དང་གཟུགས་ཅེས་པའི་རྣམ་ཤེས་ཡིན་ནོ། །མིང་དང་  
གཟུགས་ནི་རྒྱར་རྒྱར་པོ་སོགས་དང་ལྷན་ཅིག་པའི་མིང་གཞིའི་ཕུང་པོ་དང་དབང་པོ་  
དང་བཅས་པའི་ལུས་སོ། །སྒྲེ་མཆེད་དུག་ནི་དེ་འཕེལ་དེ། མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
ལ་སོགས་པ་སྒྲེ་བའི་སྒྲོར་གྱུར་པའི་མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་རྣམས་སོ། །རིག་  
པ་དང་། ཚོར་བ་ནི་བཤད་ཟིན་དོ། །

སྤྱིང་པ་ནི་ཚོར་བ་བདེ་སྤྱུག་རྣམས་ལ་སྤྱང་དོར་དུ་འདོད་ཆགས་པ་སྟེ། དེ་  
ཡང་འདོད་པའི་སྤྱིང་པ་དང་། སྤྱིང་པའི་སྤྱིང་པ་དང་། འཇིག་པའི་སྤྱིང་པའོ། །དང་  
པོ་ནི་འདོད་པ་ན་སྤྱིང་པ་རྣམས་ཀྱི་འདོད་ཆགས་གང་ཡིན་པ་སྟེ། འདོད་པའི་ཡོན་  
ཏན་ལ་ལྷག་པར་ཆགས་པའི་བྱིར་རོ། །གཉིས་པ་ནི་ཁམས་གོང་མ་གཉིས་ཀྱི་  
འདོད་ཆགས་གང་ཡིན་པ་སྟེ། དེ་དག་ནི་སྤྱིང་པ་ནང་ཉེར་ལེན་གྱི་ཕུང་པོ་ཙམ་ལ་  
ཆགས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །གསུམ་པ་ནི་ཁམས་གསུམ་གྱི་ཕུང་པོ་རྒྱན་འཆད་པར་  
འདོད་པ་གང་ཡིན་པའོ། །ཡང་ན་བདེ་བ་ཐོབ་པར་འདོད་པ་ནི་འདོད་པའི་སྤྱིང་པ་  
ཡིན་ལ། སྤྱུག་བསྐྱལ་འདོར་བར་འདོད་པ་ནི་འཇིག་པའི་སྤྱིང་པ་ཡིན་ནོ། །ཕུང་པོ་  
ལ་སོགས་པ་ཟག་བཅས་ཀྱི་དངོས་པོ་ལ་སྤྱི་རིལ་དུ་སྤྱིང་པ་ནི་སྤྱིང་པའི་སྤྱིང་པ་ཡིན་  
ནོ་ཞེས་བྱ་བར་རིགས་པའི་དབང་ཕྱུག་བཞེད་པ་ཡིན་ནོ། །

ལེན་པ་ནི། མ་འོངས་པ་ལ་ཐོབ་པར་འདུན་པ་དང་། ད་ལྟར་བ་དང་མི་  
འབྲལ་བར་འདོད་པའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་འདུན་པ་དང་འདོད་ཆགས་གཉིས་ཡིན་ལ།  
དེ་དག་ནི་ཡུལ་གྱི་བྱེ་བྲག་གིས་ལྷ་བའི་ཉེ་བར་ལེན་པ་ལ་སོགས་པ་བཞིར་འགྱུར་རོ། །

སྤྱི་པ་དང་བྱེ་བྲག་ཅི་ཞིག་ཡོད་ཞེ་ན། གཉིས་ཀ་འདོད་ཆགས་ཀྱི་ངོ་བོར་མཚུངས་  
མོད་ཀྱི་འོན་ཀྱང་སྤྱི་པ་ནི་ཤས་ཆུང་དུར་ཆགས་པ་ཡིན་ལ་ཉེ་བར་ལེན་པ་ཤས་ཆེར་  
ཆགས་པ་ཡིན་ལོ། །ཡང་སྤྱི་པ་ནི་ད་ལྟར་ཀྱི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཡུལ་དང་ལུང་པོ་  
སོགས་ལ་ཆགས་པ་ཡིན་ལ་ཉེ་བར་ལེན་པའི་ནི་འཆི་བའི་གནས་སྐབས་སུ་ལུང་པོ་  
ཁོ་ན་ལ་ལྟག་པར་ཆགས་པའི་འདོད་ཆགས་ཡིན་ལོ། །དང་པོ་ནི་ལྟ་བའི་ཉེ་བར་  
ལེན་པ་ལ་སོགས་པ་ཉེ་བར་ལེན་པ་ཙམ་དང་སྤྱི་པའི་བྱུང་པར་ཡིན་ལོ། །གཉིས་པ་  
ནི་ཉེན་འབྱེལ་གྱི་ཡན་ལག་ཏུ་བབས་པའི་ཉེར་ལེན་དང་སྤྱི་པའི་བྱུང་པར་ཡིན་ལོ། །

སྤྱི་པ་ནི། ལྟར་གྱི་འདུ་བྱེད་ཀྱི་བག་ཆགས་སྒྲོས་པའི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་  
པར་ཤེས་པ་དེ་ཉིད་ནི་འཆི་བའི་གནས་སྐབས་སུ་འབྱུང་བའི་མ་འོངས་པའི་ལུང་པོ་  
ལ་ཆགས་པའི་མཆོན་ཉིད་ཅན་གྱི་ཉེ་བར་ལེན་པས་གསོས་བཏབ་ཏེ། ཡང་སྤྱི་པ་  
པར་སྐྱེ་བ་ལ་མ་འོན་པར་སྤྱོད་པ་པར་གྱུར་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ལས་ཀྱི་བག་  
ཆགས་རྣམས་པ་མཐུ་དང་ལྟན་པ་དེ་ཉིད་སྐྱེ་བའི་རྒྱུ་དུ་འབྱུང་བའི་སྤྱི་པ་ཡིན་ལ་  
རྣམ་ཤེས་དེ་ནི་མིང་གཟུགས་ཀྱི་རྒྱུ་དུ་འབྱུང་བའི་རྣམ་ཤེས་ཡིན། འོན་ཀྱང་དེ་  
དག་དེ་ཉིད་དང་གཞན་དུ་བརྗོད་དུ་མེད་པ་ཡིན་ལོ། །སྐྱེ་བ་ནི་དེ་ལྟ་བུའི་རྣམ་ཤེས་  
མངལ་དུ་ཞུགས་ཏེ། མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་རྣམས་རིམ་གྱིས་དོད་པའི་  
གནས་སྐབས་གང་ཡིན་པ་སྟེ། ལྟར་བཤད་ཅིན་པ་ཉིད་དོ། །ཀླ་བ་དང་འཆི་བ་ནི་ན་  
ཆོད་འབྱུང་བ་དང་སྤྱོད་འབྱུང་བའི་གནས་སྐབས་ཏེ། དེ་དག་ཀྱང་ལྟར་བཤད་ཅིན་ཏེ། །  
ཀླ་ཤི་དག་ཡན་ལག་གཅིག་ཏུ་བྱས་པ་ནི་མ་ཀླས་པར་ཆོའི་འཕེན་པ་རྗོད་པ་ནས་

འཆི་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡན་ལག་འདི་དག་ལས་ཁམས་གང་ན་དུ་ཞིག་ཡོད་ཅིན།  
འདོད་པའི་ཁམས་ན་ཐམས་ཅད་ཡོད་དེ། ཁམས་གོང་གཉིས་ན་ཐམས་ཅད་གྱི་  
ཕྱོགས་རེ་ཡོད་དེ། དེ་དག་ན་ཡང་འདུ་བྱེད་རྟོངས་པའི་མཆོན་མ་ཅན་གྱི་རྒྱ་བ་ཡོད་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཅིའི་ཕྱིར་མ་རིག་པ་ཡན་ལག་དང་ཕོར་བསྟན་ཞེན། མ་རིག་པ་ལས་ཉོན་  
མོངས་རྣམས་འབྱུང་ཞིང་ཉོན་མོངས་པ་ལས་ཀྱང་ལས་འབྱུང་ལ། ལས་ལས་སྐྱེ་བ་  
འབྱུང་བས་དེའི་ཕྱིར་མ་རིག་པ་ནི་སྤྱད་པར་སྐྱེ་བ་ཐམས་ཅད་གྱི་རྩ་བ་ཡིན་པས་དེ་  
བས་ན་ཡན་ལག་དང་ཕོར་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །ཅི་སྟེ་མ་རིག་པ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་  
རྒྱ་གཞན་ཡོད་ན་དེའི་ཆེ་ཡན་ལག་དང་ཕོར་མི་རིག་ལ། དེ་ལ་རྒྱ་མེད་ན་འཁོར་བ་  
ཐོགས་མ་ཅན་དང་། རྒྱ་མེད་དུ་སྒྲ་བའི་ཕྱོགས་ཁས་སྤངས་པས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་  
པར་འབྱུང་བ་སྒྲ་བ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ་ཞེན། ཅི་སྟེ་གང་གི་དབང་གིས་མ་རིག་  
པ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་ཅན་དུ་འབྱུང་བར་འགྱུར་བའི་མ་རིག་པའི་རྒྱ་གཞན། རྒྱ་  
མེད་པར་འབྱུང་བར་སྒྲ་ན་ནི་ཇི་སྟན་བཤད་པའི་ཉེས་པ་ཁོ་ནར་འགྱུར་བ་བདེན་ན་  
ཡང་། འདིར་ནི་དེ་ལྟར་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ་མ་རིག་པ་ནི་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་རྒྱད་ཏེ་  
འོངས་པའི་མ་རིག་པའི་བག་ཆགས་གྱི་དབང་གིས་འབྱུང་བས་འདི་རྒྱ་མེད་པར་  
བྱུང་བ་ཡང་མ་ཡིན་ལ་དེ་ལས་གཞན་པའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་  
འདུ་བྱེད་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱང་རང་རང་གི་ས་བོན་གྱི་རྒྱ་ལས་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་  
མ་རིག་པ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུ་གཞན་རྟོག་པ་དོན་མེད་དོ་ཞེན། མ་ཡིན་ཏེ་འདི་ལྟར་



ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་པོ་འདི་ནི་སྒྲིད་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་ཙམ་དཔྱིད་པར་བྱེད་པ་མ་  
 ཡིན་གྱི་འོན་ཅི་ཞེན། ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་སྒྲིད་པར་བྱེད་པའི་སྐབས་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཞན་དུ་ན་བཙུམ་ལྡན་འདས་གྱིས་མ་རིག་པའི་རྒྱུན་གྱིས་འདྲ་  
 བྱེད་ཅེས་མ་རིག་པ་ཁོ་ན་དེའི་རྒྱུན་གྱིས་གསུངས་པ་ཅི་ལྟར་རིག་པར་འགྱུར་དེ། དབང་  
 པོ་དང་ཡུལ་དང་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་རྒྱུན་གཞན་ཡང་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་བས་ན་བསོད་ནམས་ལ་སོགས་པའི་འདྲ་བྱེད་རྣམས་ཀྱན་ནས་ཉོན་  
 མོངས་པར་བྱེད་པའི་རྒྱུན་ནི་མ་རིག་པ་ལས་གཞན་མེད་དེ། དེའི་ཕྱིར་མ་རིག་པ་  
 འདྲ་བྱེད་གྱི་རྒྱུན་དུ་གཞན་ལ་མ་རིག་པ་ནི་རང་གི་བག་ཆགས་ལས་གཞན་པའི་  
 ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་ངོ་བོར་སྒྲིད་བྱེད་གཞན་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་གྱི་འོན་ཀྱང་  
 རང་གི་བག་ཆགས་ཁོ་ན་ལས་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་ངོ་བོར་སྒྲིམ་པ་ཡིན་ཅོ། །  
 ཅི་སྟེ་འདི་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པར་བྱེད་པའི་རྒྱུན་གཞན་ཞིག་ཡོད་ན་དེའི་ཆེ། འདི་  
 ནི་སྒྲོ་བུར་གྱི་རྒྱུན་གྱིས་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་དུ་བྱས་ཤིང་རང་བཞིན་གྱིས་  
 ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་ངོ་བོར་མ་སྒྲིམ་པའི་ཕྱིར། ཉོན་མོངས་པ་མ་ཡིན་པར་  
 འགྱུར་རོ། །ཅི་སྟེ་རྟག་བདེ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་བཞིན་མ་ཡིན་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་མ་  
 རིག་པའི་རྒྱུན་དུ་མདོ་ལས་གསུངས་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེན། དེ་དག་ནི་མ་རིག་པ་  
 འཕེལ་བའི་རྒྱུན་ཙམ་ཡིན་མོད་གྱི་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པར་བྱེད་པའི་རྒྱུན་ནི་མ་  
 ཡིན་ཅོ། །དེ་དག་ཀྱང་མ་རིག་པས་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་དུ་བྱས་པ་ཡིན་གྱི་  
 རང་བཞིན་གྱིས་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་མ་རིག་

པོའི་ཆ་ཡིན་ནོ། །

ཐ་མ་གསུམ་གང་གི་ཆ་ཡིན་ཞེ་ན། ཡིད་དང་དད་པ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་དང་།  
 ཡིད་བདེ་དང་བདེ་བ་དང་། བཏང་སྟོམས་སོ། །དབང་པོ་དགུ་པོ་དེ་དག་གང་གི་ཆོ།  
 དེས་པར་འབྱེད་པའི་ཆ་དང་འབྱུང་བ་ནས་མཐོང་བའི་ལམ། སྐད་ཅིག་བཙོ་ལྷ་ལ་  
 གནས་པའི་བར་ནི་མི་ཤེས་པ་ཀུན་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་ལ། མཐོང་ལམ་སྐད་ཅིག་བཙུ་  
 སྟག་པ་ནས་ཉེ་བར་བཟུང་སྟེ། རྗེ་རྗེ་ལྷ་བུའི་བར་ནི། ཀུན་ཤེས་པའི་དབང་པོ་ཞེས་  
 བྱ་ལ། ལུང་པོ་ལྷག་མ་དང་བཅས་པའི་གནས་སྐབས་སུ་ནི། ཀུན་ཤེས་བསྐྱར་བའི་  
 དབང་པོ་ཞེས་བྱའོ། །དུ་ཞིག་ནི་དགེ་བ་ཡིན་ཞེ་ན། ཐ་མ་བརྒྱད་དང་། ཡིད་དང་།  
 ལྷག་བསྐྱལ་མ་གཏོགས་པའི་ཆོར་བ་བཞིའི་ཕྱོགས་སོ། །མི་དགེ་བ་ཡང་། ལྷ་པོ་  
 དེའི་ཕྱོགས་གཅིག་གོ། །དུ་ཞིག་ནི་ཟག་པ་མེད་པ་ཡིན་ཞེ་ན། ཐ་མ་གསུམ་དང་།  
 ཡིད་དང་། ལྷག་བསྐྱལ་དང་ཡིད་མི་བདེ་བ་མ་གཏོགས་པའི་ཆོར་བ་གསུམ་དང་།  
 དད་སོགས་ལྷའི་ཕྱོགས་གཅིག་གོ། །དུ་ནི་ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་ཡིན་ཞེ་ན།  
 གཟུགས་ཅན་བདུན་དང་སྟོག་གི་དབང་པོ་དང་། ལྷག་བསྐྱལ་དང་ཡིད་མི་བདེ་  
 རངས་པོ་དང་། ཐ་མ་གསུམ་མ་གཏོགས་ལྷག་མ་རྣམས་ཀྱི་ཕྱོགས་གཅིག་གོ། །དུ་ཞིག་  
 ནི་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་ཡིན་ཞེ་ན། གཟུགས་ཅན་བདུན་དང་སྟོག་གི་དབང་པོ་སྟེ་  
 བརྒྱད་པོ་རྣམས་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་ཡིན་ཞེ་ན། ཐ་མ་བརྒྱད་དང་ཡིད་མི་བདེ་མ་  
 གཏོགས་པ་ལྷག་མ་རྣམས་ཀྱི་ཕྱོགས་གཅིག་ཀྱང་ཡིན་ནོ། །དུ་ཞིག་རྣམ་པར་སྦྱིན་པ་  
 དང་བཅས་པ་ཡིན་ཞེ་ན། ཡིད་མི་བདེ་རངས་པོ་དང་། དད་པ་སོགས་ལྟ་དང་། ཡིད་

དབང་པོ་རྣམ་པར་བཞག་གོ། །དགེ་བའི་ཕྱོགས་འཕེལ་བ་ལ་དབང་བྱེད་པའི་དོན་  
 གྱིས། ཕྱོག་གི་དབང་པོ་རྣམ་པར་བཞག་གོ། །ཤེས་བཞིན་དུ་སྦྱོང་བ་ལ་དབང་བྱེད་  
 པའི་དོན་གྱིས། ཚོར་བའི་དབང་པོ་ལྷ་རྣམ་པར་བཞག་གོ། །དགེ་སྦྱོང་གི་ཚུལ་གྱི་  
 འབྲས་བུ་ལ་སྦྱོར་བའི་ལམ་ལ་དབང་བྱེད་པའི་དོན་གྱིས། དད་པ་ལ་སོགས་པ་ལྷ་  
 རྣམ་པར་བཞག་གོ། །དགེ་སྦྱོང་གི་ཚུལ་གྱི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པ་ལ་དབང་བྱེད་པའི་དོན་  
 གྱིས། ཐ་མ་གསུམ་རྣམ་པར་བཞག་གོ། །

གཉིས་པ་བྱེད་ལས་སོགས་རྣམ་པར་བཞག་པ་ལ། དར་གྱི་སྒྲུལ་ནི། ལས་  
 དང་རྩལ་དང་གཟུགས་སོགས་དང་། །དགེ་བ་སོགས་དང་རྣམ་སྒྲིན་དང་། །ཁམས་  
 དང་ས་དང་ཐོབ་པ་དང་། །འཆི་འཕོ་སྦྱེ་བ་ཁོ་ན་ཡིན། །དབང་པོ་རྣམས་ཀྱི་བྱེད་  
 ལས་ནི། གཞུང་དུ་བཤད་པ་ཉིད་ཡིན་ཅོ། །དབང་པོ་འདི་རྣམས་ལ། དུ་ནི་རྩལ་སྤྱ་  
 ཡོད་པ་ཡིན། དུ་ནི་བདགས་པར་ཡོད་པ་ཡིན་ཞེ་ན། བཅུ་དྲུག་ནི་རྩལ་སྤྱ་ཡོད་པ་  
 ཡིན་ཅོ། །ལྷག་མ་ནི་བདགས་པར་ཡོད་པ་ཡིན་ཅོ། །དུ་ཞིག་གཟུགས་ཀྱིས་བསྐྱུས་  
 པ་ཡིན་ཞེ་ན། མིག་ལ་སོགས་པ་ལྷ་དང་པོ་མོའི་དབང་པོ་གཉིས་ཏེ་བདུན་ཅོ། །དུ་  
 ཞིག་སེམས་ཀྱིས་བསྐྱུས་པ་ཡིན་ཞེ་ན་ཡིད་དང་། ཐ་མ་གསུམ་གྱི་ཕྱོགས་གཅིག་གོ། །  
 དུ་ཞིག་སེམས་ལས་བྱུང་བས་བསྐྱུས་ཞེ་ན། ཚོར་བ་ལྷ་དང་། དད་སོགས་ལྷ་ཏེ་བཅུ་  
 དང་། ཐ་མ་གསུམ་གྱི་ཕྱོགས་སོ། །དུ་ཞིག་སེམས་དང་ལྷན་པ་མ་ཡིན་པ་ཡིན་ཞེ་ན།  
 ཕྱོག་གི་དབང་པོ་འོ། །དུ་ཞིག་འདུས་བྱས་ཡིན་ཞེ་ན། ཐམས་ཅད་སྦྱེ་དབང་པོ་ལ་  
 འདུས་མ་བྱས་མེད་དོ། །པོ་དང་མོའི་དབང་པོ་གང་གི་ཆ་ཡིན་ཞེ་ན། ལུས་ཀྱི་དབང་



རིགས་ནི་འདི་ཞེས་བྱ་རུས་ནི་འདི་ཞེས་བྱ་ཞེས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས། ཐོ་དང་  
 མོའི་དབང་པོ་རྣམ་པར་བཞག་སྟེ། དེ་དག་གི་དབང་གིས་རིགས་དང་རུས་ཀྱི་ཐ་  
 ལྷན་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཁ་ཟས་ནི་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཟ་བདེ་བ་དང་སྤྲུག་བསྐྱེལ་ནི་  
 འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་སྒྲིང་ཞེས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་ཆོར་བའི་དབང་པོ་ལྟ་རྣམ་པར་  
 བཞག་གོ། །ཆོ་རིང་བྱུང་གི་བྱུང་པར་ནི་འདི་ཙམ་ཞིག་ཡུན་ནི་འདི་སྤྱིད་གཅིག་  
 གནས། ཆོ་ནི་འདི་ཙམ་ཞིག་བྱུང་ཅེས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས། སྒྲིག་གི་དབང་པོ་  
 རྣམ་པར་བཞག་སྟེ། དེའི་དབང་གི་ཆོ་རིང་བྱུང་དང་ཡུན་རིང་བྱུང་སོགས་ཀྱི་ཐ་ལྷན་  
 འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་ནི་རབ་དུ་བྱུང་བའི་སྒྲིགས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས།  
 དད་པ་ནི་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་དང་ལྷན་བཅུ་ནི་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་དང་ལྷན་ཞེས་པ་  
 ནས། ཤེས་རབ་ནི་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་དང་ལྷན་ཞེས་པའི་བར་དང་འདི་ལྟར་ནི་ཞུགས་  
 པའོ། །འདི་ལྟར་ནི་འབྲས་བུ་ལ་གནས་པའོ་ཞེས་པའི་བར་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས།  
 དད་པ་ལ་སོགས་པ་བརྒྱད་རྣམ་པར་བཞག་གོ། །ཡང་ན་རྣམ་པར་བྱུང་བ་ནི་གཉིས་ཏེ།  
 འཇིག་རྟེན་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་རྣམ་པར་བྱུང་བ་གཉིས་ལས།  
 དང་པོའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་དད་པ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་རྣམ་པར་བཞག་གོ། །གཉིས་  
 པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས། ཐ་ལ་གསུམ་རྣམ་པར་བཞག་གོ། །རྣམ་གྲངས་གཞན་ཡང་།  
 རྣལ་འབྱོར་པ་རྣམས་ཀྱི་དབང་པོའི་སྒྲོ་སྒྲོམ་པ་ལ་དབང་བྱེད་པའི་དོན་གྱིས། མིག་  
 ལ་སོགས་པ་དྲུག་རྣམ་པར་བཞག་གོ། །དགེ་སྦྱོང་གི་ཚུལ་གྱི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པའི་དོན་  
 དུ་རབ་དུ་འབྱུང་བའི་སྐལ་བ་དང་ལྷན་པ་ལ་དབང་བྱེད་པའི་དོན་གྱིས་ཐོ་དང་མོའི་

པོར་ཐ་སྙད་འདོགས་པའི་བྱིར། སེམས་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་མ་སྟེས་པ་སྟེ་བ་ལ་དབང་  
བྱེད་པའི་དོན་གྱིས་པོ་དང་མོའི་དབང་པོ་རྣམ་པར་བཞག་པ་སྟེ། དེ་གཉིས་ཀྱི་དབང་  
གིས་མངལ་དུ་སྟེ་བ་ལེན་པའི་བྱིར་རོ། །སེམས་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་སྟེས་པའི་རྒྱན་  
གནས་པར་བྱེད་པ་དང་། རྒྱན་གནས་པ་འཆི་འཕོ་བར་བྱེད་པ་ལ་དབང་བྱེད་པའི་  
དོན་གྱིས་སྟོག་གི་དབང་པོ་རྣམ་པར་བཞག་སྟེ། དེ་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་ལས་འཆོ་བ་  
དང་འཆི་བའི་ཐ་སྙད་འདོགས་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་རྣམས་ནི་ཟ་བ་པོ་སེམས་ཅན་གྱི་  
དངོས་པོའི་དབང་དུ་བྱས་སྟེ་རྣམ་པར་བཞག་པ་ཡིན་ནོ། །ཟ་བུ་ཡུལ་ཡོངས་སྟོན་པ་  
ལ་དབང་བྱེད་པའི་དོན་གྱིས་ཆོར་བའི་དབང་པོ་རྣམ་པར་བཞག་གོ། །ཅིའི་བྱིར་རྣམ་  
པར་བྱང་བའི་ཕྱོགས་ཀྱི་དབང་པོ་བརྒྱད་རྣམ་པར་བཞག་ཅེ་ན། རྣམ་པར་བྱང་བའི་  
རྟེན་མངོན་མཐོའི་ཐབས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་དད་པ་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་ལྷ་  
རྣམ་པར་བཞག་གོ། །རྣམ་བྱང་གི་རང་བཞིན་ངེས་ལེགས་ལ་དབང་བྱེད་པའི་དོན་  
གྱིས། མི་ཤེས་པ་ཀུན་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་གསུམ་རྣམ་པར་བཞག་གོ། །

རྣམ་བྱངས་གཞན་དུ་ན། ཁྱིམ་པའི་ཕྱོགས་ལ་སྟོན་པ་དང་། རབ་ཏུ་བྱང་  
བའི་ཕྱོགས་ལ་སྟོན་པ་གཉིས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས། གོ་རིམ་བཞིན་དུ་ཀུན་ནས་  
ཉོན་མོངས་པའི་ཕྱོགས་ཀྱི་དབང་པོ་བཅུ་བཞི་དང་། རྣམ་པར་བྱང་བའི་དབང་པོ་  
བརྒྱད་རྣམ་པར་བཞག་གོ། །དང་པོ་ལ་ཡང་མིང་ནི་འདི་ཞེས་བྱ་ཞེས་པའི་དབང་དུ་  
བྱས་ནས་མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་དུག་རྣམ་པར་བཞག་སྟེ། དེ་དག་ཉིད་ལ་  
ལྷས་སྦྱོར་དང་མཆོད་སྦྱོར་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཐ་སྙད་འདོགས་པའི་བྱིར་རོ། །





ལྷོ། །བཞིའི་ཕྱོགས་ནི། དབང་པོ་དང་ཆོག་པ་པ་མི་དང་པའི་གཟུགས་དྲི་རོ་  
རིག་བྱ་རྣམས་སོ། །ཆོར་བ་བདེ་སྤྱད་སྤྱེ་བའི་རྟེན་ཆོས་ཙམ་དུ་ཤེས་པ་ན་བདག་  
ལུས་ལ་དབང་བསྐྱར་བ་ཆོར་བ་བདེ་སྤྱད་སྤྱེ་བའི་རྟེན་དུ་མཛོན་པར་ཞེན་པ་  
སྤོང་རོ། །

ད་ནི་དབང་པོ་ཉི་ཤུ་ཅུ་གཉིས་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ལ་ཡུལ་འཛིན་པར་  
དབང་བྱེད་པ་ནི་མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་དུག་སྟེ། དེ་དག་གི་དབང་གིས་  
གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཡུལ་རྣམས་ལ་དམིགས་པར་བྱེད་པའི་སེམས་དང་སེམས་  
ལས་བྱུང་བ་རྣམས་འབྱུང་བའི་བྱིར་རོ། །ཅི་སྟེ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མེད་ན་དབང་པོ་  
ཡོད་ན་ཡང་ཡུལ་ལ་ལོངས་སྟོན་པའི་མཁུ་མེད་དེ། གཉིད་དང་བརྒྱལ་བ་སོགས་ཀྱི་  
དབང་པོ་བཞིན། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡོད་ན། དབང་པོས་ཡུལ་ལ་ལོངས་སྟོན་པ་ཡིན་ཏེ།  
སང་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་དབང་པོ་བཞིན། དེ་བས་ན་ཡུལ་འཛིན་པ་ལ་དབང་  
བྱེད་པ་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡིན་ཀྱི་དབང་པོ་མ་ཡིན་ཅོ་ཞེན། མ་ཡིན་ཏེ། དབང་པོ་  
རྣམས་ནི་རང་གི་རྒྱལ་ས་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་ཡུལ་ལ་ལོངས་སྟོན་བྱེད་དུ་སྤྱེས་པ་ཡིན་པས་  
རྣམ་པར་ཤེས་པའི་དབང་གིས་ཡུལ་འཛིན་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ལ། རྣམ་པར་ཤེས་  
པ་ནི། དབང་པོ་ལ་རྟེན་པའི་དབང་གིས་ཡུལ་ལ་ལོངས་སྟོན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་  
བྱིར་རོ། །དེའི་བྱིར་དབང་པོ་ཉིད་ཡུལ་ལ་ལོངས་སྟོན་པ་ལ་དབང་བྱེད་པ་ཡིན་ཅོ། །  
རིགས་ཀྱི་རྒྱད་ལ་དབང་བྱེད་པ་ནི། རོ་དང་མོའི་དབང་པོ་སྟེ། དེ་གཉིས་ལས་བྱ་  
དང་ཆ་བོ་ལ་སོགས་པའི་རིགས་རྒྱད་འབྱུང་བའི་བྱིར་རོ། །ལྷག་མ་རྣམས་ནི་བདག་

བྱ་བ་མ་རྗེ་གས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གཞན་གྱི་རྣམ་ཤེས་སྐྱེད་པ་རང་གི་བྱ་བ་མ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །གང་གི་ཆེ་རང་རྒྱད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མི་སྐྱེད་པ་དེའི་ཆེ་རང་གི་བྱ་བ་  
གང་ཡང་མི་བྱེད་པས་དེའི་ཕྱིར་དེ་དང་མཚུངས་པ་ཞེས་བྱ་བར་རུང་བ་ཡིན་ནོ། །  
ཡུལ་རྣམས་ནི་ཕྱི་རོལ་སྒོད་གྱིས་བསྐྱས་པས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་བྱམ་མོང་  
གི་ལས་ལས་བྱུང་བའི་ཕྱིར་ཀུན་གྱིས་བྱམ་མོང་དུ་ལོངས་སྤྱད་བྱ་ཡིན་ལ་དེའི་ཕྱིར་  
སྐྱེས་བུ་གཅིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་དམིགས་པ་མ་བྱས་ན་ཡང་རང་གི་བྱ་བ་  
རྗེ་གས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྐྱེས་བུ་ཀུན་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་དམིགས་པ་བྱེད་པ་ནི་རང་  
གི་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་ལྟར་ན་རྟོན་མཚུངས་པ་དང་དེ་དང་མཚུངས་པའི་དོན་འཛིན་ཚུལ་སྤྱི་གཉིས་ཀ་  
ལྟར་ཡང་ཡུལ་རྣམས་ལ་རྟོན་མཚུངས་དང་དེ་མཚུངས་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་  
ཕྱིར་དབང་པོ་འབའ་ཞིག་ལ་དེ་དག་སྤྱད་པར་མཛད་པ་ཡིན་ནོ། །གཟུགས་ཀྱི་ལྷང་  
པོའི་ཕྱོགས་གཅིག་ནི་དབང་པོ་ལྷའོ་ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་ལྷ་ཡང་དེ་ཉིད་དོ། །ཡུལ་  
འཛིན་པའི་རྣམ་ཤེས་དང་ལྡན་པ་དང་མི་ལྡན་པའི་རྟོན་མཚུངས་དང་། དེ་མཚུངས་  
ཆོས་ཅམ་དུ་ཤེས་པ་ན་བདག་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་ལྡན་པ་དང་མི་ལྡན་པའི་རྟོན་  
མཚུངས་དང་དེ་མཚུངས་སུ་མངོན་པར་ཞེན་པ་སྒྲོང་རོ། །ཟིན་པ་ནི། གཟུགས་གང་  
ལས་བདེ་སོགས་ཀྱི་ཆོར་བ་འབྱུང་བའི་གཟུགས་ནི་སེམས་ཀྱིས་ཟིན་པ་ཡིན་ནོ། །  
དེ་ལས་སྒྲོག་པ་ནི་མ་ཟིན་པའོ། །གཟུགས་ཀྱི་ལྷང་པོའི་ཕྱོགས་གཅིག་ནི་གནས་  
དང་བཅས་པའི་དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་ནོ། །ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་ལྷ་ནི་དབང་པོ་

འདས་པའི་དོན་མཐོང་བའི་རྣལ་འབྱོར་པ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་དམིགས་པ་  
མི་བྱེད་པའི་ཡུལ་ཡང་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གལ་ཏེ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་འགའ་ཞིག་གི་དམིགས་པའི་བྱ་བ་བྱེད་པ་དང་མི་  
བྱེད་པ་ལས་རྟེན་མཚུངས་དང་དེ་མཚུངས་སུ་འགྱུར་ན། འོ་ན་ནི་གང་གི་ཆེ་སྐྱེས་བྱ་  
འགའི་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་དམིགས་པའི་བྱ་བ་བྱེད་པ་དེའི་ཆེ། འགའ་ཞིག་གི་རྣམ་པར་  
ཤེས་པ་དེ་ལ་མ་དམིགས་པས། རྟེན་མཚུངས་སུ་གྱུར་པའི་གནས་སྐབས་དེ་ཉིད་དེ་  
མཚུངས་སུ་གྱུར་པའི་ཕྱིར། དེ་དག་གི་མཚན་ཉིད་འཆོལ་བ་ཁོ་ནར་འགྱུར་གྱི། འདི་  
ནི་རྟེན་པ་མཚུངས་པའོ། །འདི་ནི་དེ་དང་མཚུངས་པའོ། །ཞེས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་རྣམ་  
པར་བཞག་ཏུ་མེད་པ་ཁོ་ནར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་ན་དབང་པོ་ལ་ཡང་རྟེན་  
མཚུངས་དང་དེ་མཚུངས་བཞག་ཏུ་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ། འདི་ལྟར། ལྷས་སྦྱིན་གྱི་  
དབང་པོས་རང་གི་རྣམ་ཤེས་སྦྱེད་པ་དེའི་ཆེ་སྐྱེས་བྱ་གཞན་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མི་  
བསྦྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། རང་གི་བྱ་བ་བྱེད་པའི་ཕྱི་རྟེན་མཚུངས་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཁོ་  
པོས་མ་སྦྱས་མོད་གྱི། སྦྱས་སུ་བྱིན་ཀྱང་མཚུངས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་དབང་པོ་  
རྣམས་ནི་སྦྱེས་བྱ་རྣམས་ཀྱི་རང་རང་གི་བྱ་བ་མོང་མ་ཡིན་པའི་ལས་ལས་བྱུང་བས་  
དེའི་ཕྱིར་རང་རྒྱུད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཁོ་ན་ལ་བྱ་བ་བྱེད་ཀྱི་གཞན་རྒྱུད་ཀྱི་རྣམ་  
པར་ཤེས་པའི་རྟེན་གྱི་བྱ་བ་བྱེད་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བས་ན་གང་གི་ཆེ་རང་རྒྱུད་ཀྱི་  
རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྦྱེད་པ་དེའི་ཆེ་རང་གི་བྱ་བ་མ་ལུས་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་ཕྱིར། །  
རྟེན་པ་མཚུངས་པ་ཞེས་བྱ་བར་འགྱུར་གྱི། གཞན་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མ་སྦྱེས་པས་



དབང་པོ་རྣམས་ཀྱི་བྱ་བ་ནི་རང་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རྟེན་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། དེ་བས་  
 ར་གང་ཞིག་རང་གིས་བྱ་བ་བྱེད་པའི་དབང་པོ་དེ་ནི་རྟེན་མཚུངས་ཀྱི་དབང་པོ་ཞེས་  
 བྱ་ལ། གང་མི་བྱེད་པ་དེ་ནི་བྱ་བ་བྱེད་པ་དེ་དང་མཚན་ཉིད་འདྲ་བའི་ཕྱིར་དེ་དང་  
 མཚུངས་པའི་དབང་པོ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཡུལ་རྣམས་ཀྱི་བྱ་བ་ཡང་རང་གི་  
 རྣམ་ཤེས་ཀྱི་དམིགས་པ་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། དེའི་ཕྱིར་ཡུལ་གང་ཞིག་རང་གི་བྱ་བ་བྱེད་  
 པ་དེ་ནི་རྟེན་མཚུངས་ཡིན་ལ་མི་བྱེད་པ་དེ་ནི་དེ་དང་མཚུངས་པ་ཞེས་བྱའོ་ཞེ་ན། དེ་  
 ནི་མི་རིགས་ཏེ་རྟེན་པ་མཚུངས་པ་ཞེས་པའི་སྒྲིའི་དོན་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། གཞན་  
 ཡང་དབང་པོ་རྣམས་ནི་གཞན་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྐྱེད་པའི་བྱ་བ་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར།  
 རང་གི་བྱ་བ་བྱེད་པ་དང་མི་བྱེད་པའི་སྒྲོ་ནས་རྟེན་མཚུངས་དང་དེ་མཚུངས་སུ་  
 འཛོག་པ་རིགས་སུ་ཁྱུག་ན་ཡང་། གཟུགས་སྒྲ་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་རྣམས་ལ་ནི་  
 དེས་པ་འདི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཡུལ་རྣམས་ནི་སྐྱེས་བུ་བམས་ཅད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་  
 པས་བྱན་མོང་དུ་ལོངས་སྤྱད་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གང་གི་ཆེ་གཟུགས་  
 འགའ་ཞིག་གིས་ལྷས་སྐྱེན་གྱི་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་དམིགས་པ་བྱེད་པ་དེའི་  
 ཆེ་ཡང་མཚོད་སྐྱེན་ལ་སོགས་པ་སྐྱེས་བུ་གཞན་གྱིས་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་  
 དམིགས་པ་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རྟེན་མཚུངས་ཞེས་བྱ་བར་མི་རིགས་ཏེ། རང་གི་བྱ་བ་  
 རྟོགས་པར་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡུལ་གཅིག་གིས་མིག་ལྷན་གྱི་སྐྱེས་བུ་ཀྱན་གྱི་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྐྱེད་པའི་བྱ་བ་བྱེད་པ་ནི་ནམ་ཡང་སྤྱིད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བས་ན་  
 རྟེན་མཚུངས་མི་སྤྱིད་ལ། དེ་དང་མཚུངས་པ་ཡང་སྤྱིད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དབང་པོ་ལས་

པའི་ཕྱིར་རོ། ། རྟེན་བཞི་རྒྱས་པར་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

གཉིས་པ་རྟེན་མཚུངས་པ་དང་དེ་དང་མཚུངས་པའི་རང་བཞིན་བསྟན་པ་ནི།  
 དེ་ལ་རྟེན་པ་དང་མཚུངས་པའི་དོན་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་  
 ར་ཞིག །རང་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་མ་བྲལ་ཞིང་། རྣམ་ཤེས་དེ་དང་འདྲ་བར།  
 རང་གི་ཡུལ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་བྱེད་དུ་རྒྱན་དུ་འབྱུང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི། རང་ལ་རྟེན་  
 པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་། ཡུལ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པར་འདྲ་བའི་ཕྱིར་རྟེན་པ་དང་  
 མཚུངས་པ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་དང་མཚུངས་པ་ནི། གཉིད་དང་བརྒྱལ་བ་ལ་སོགས་  
 པའི་མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་གང་ཞིག །རང་ལ་རྟེན་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
 དང་བྲལ་ཞིང་། རྟེན་མཚུངས་ཀྱི་དབང་པོ་རང་དང་འདྲ་བའི་རིགས་རྒྱན་རྒྱན་མ་  
 ཆད་པར་འབྱུང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི། རྟེན་པ་རྣམ་ཤེས་དང་འདྲ་བ་མེད་ཀྱང་། རྟེན་  
 མཚུངས་ཀྱི་དབང་པོ་རང་དང་དབང་པོའི་མཚན་ཉིད་ཅན་དུ་འདྲ་བའི་ཕྱིར་དེ་དང་  
 མཚུངས་པ་ཞེས་བྱའོ། །ཅིའི་ཕྱིར་དབང་པོ་རྣམས་ཁོ་ན་ལ་རྟེན་མཚུངས་དང་དེ་  
 མཚུངས་བཞག་གི་ཡུལ་རྣམས་ལ་མ་ཡིན་ཞེ་ན། གང་ལ་རྟེན་པ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
 རྣམས་དང་འདྲ་བ་ཡོད་པ་དེ་ལ་ནི་རྟེན་མཚུངས་ཡོད་ལ། གང་ལ་རྟེན་མཚུངས་ཡོད་  
 པ་དེ་དེ་ལ་དེ་མཚུངས་ཡོད་པ་ཡིན་ན་གཟུགས་སྒྲུ་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་རྣམས་ལ་ནི་  
 རྟེན་པ་རྣམ་ཤེས་དང་འདྲ་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཡུལ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པའི་མཐུ་མེད་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་རྟེན་མཚུངས་མེད་ལ། རྟེན་མཚུངས་མེད་ན་དེ་དང་  
 མཚུངས་པ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་དེ་ལ་ལྟོས་བཞག་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་

དབང་བྱེད་པ་ནི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་བྱམ་མོང་གི་ལས་ཀྱིས་སྟོང་གི་འཇིག་རྟེན་  
 འཕེན་པ་ལ་དབང་བྱེད་པས་བདག་པོའི་རྒྱུན་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཟག་པ་དང་  
 བཅས་པའི་ལས་ཀྱིས་རྣམ་པར་སྦྱིན་པ་འཕེན་པ་ལ་དབང་བྱེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་ཅི་རིགས་སུ་སྦྱར་རོ། །ལྷན་ཅིག་འབྱུང་བ་ལ་དབང་བྱེད་པ་ནི། སེམས་ནི་  
 སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་ཀྱི་ལྷན་ཅིག་འབྱུང་བ་ལ་དབང་བྱེད་པས་བདག་པོའི་  
 རྒྱུན་ཏེ། དེ་བཞིན་དུ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ནི་སེམས་ཀྱི་འོ། །རིག་པ་ནི་ཚོར་བའི་འོ་ཞེས་  
 བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་འོ། །ཡུལ་ལ་དབང་བྱེད་པ་ནི། མིག་ལ་སོགས་པ་དབང་བོ་དུག་སྟེ།  
 དབང་བོའི་དབང་གིས་ཡུལ་འགྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྟེ་བར་དབང་བྱེད་པ་ནི་ཕོ་དང་  
 མོའི་དབང་བོ་སྟེ། དེ་དག་གི་དབང་གིས་མངལ་དུ་སྟེ་བ་འགྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 གནས་པར་དབང་བྱེད་པ་ནི་སྟོག་གི་དབང་བོ་སྟེ། དེའི་དབང་གིས་རིས་མཐུན་  
 གནས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འབྲས་བུ་ནི་བར་སྟོད་པ་ལ་དབང་བྱེད་པ་ནི་ཚོར་  
 བའི་དབང་བོ་ལྟ་སྟེ། དེ་རྣམས་ཀྱི་དབང་གིས། དག་སྟོག་གི་རྣམ་པར་སྦྱིན་པ་སེམ་  
 ག་དུང་སོགས་ལ་ལོངས་སྟོང་པའི་ཕྱིར་རོ། །འཇིག་རྟེན་པའི་རྣམ་པར་དག་པ་ལ་  
 དབང་བྱེད་པ་ནི། དད་པ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་སྟེ། དེ་དག་གི་དབང་གིས་འདོད་པ་ལ་  
 སོགས་པའི་ས་དང་ས་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །

འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་རྣམ་པར་དག་པ་ལ་དབང་བྱེད་པ་ནི་མི་ཤེས་  
 པ་ཀུན་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་གསུམ་སྟེ། དེ་རྣམས་ཀྱི་དབང་གིས་མཐོང་བ་དང་སྒྲོམ་  
 པས་སྤང་བར་བྱ་བ་མ་ལུས་པ་སྤངས་ནས་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་བདེ་བ་ལ་ལོངས་སྟོང་



ནི་ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟ་བུའི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་  
ལ་ཡང་དོན་སྣང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་གཉིས་མེད་རྟོགས་པས་རབ་དུ་བྱེ་བ་ཡིན་པའི་  
བྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་དོན་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ལ། དེའི་བྱིར་དེ་ལ་ལྟོས་པའི་འཛིན་པ་  
ཡང་ཡང་དག་པར་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བར་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱའོ། །ཆོག་ས་  
སུ་བཅུད་པ་འདི་དག་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་བསྐྱེས་པ་ལས་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །ཡོངས་སུ་  
ཤེས་པས་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། མཚན་ཉིད་དང་། རབ་དུ་བྱེ་བ་དང་རྣམ་པར་བཞག་པ་  
རྣམས་ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟ་བུ་བཞིན་དུ་ཤེས་པའི་བྱིར་རོ། །སྟོང་བས་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན།  
ཉན་ཐོས་དང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་གནས་གྲུབ་པ་སྟེ། དེ་ལ་ཉན་ཐོས་ཀྱི་གནས་གྲུབ་  
པ་ནི་ཡུང་པོ་དང་། ཁམས་དང་། སྒྲེ་མཆེད་རྣམས་ཀྱི་དམིགས་པའི་འཆིང་བ་ལས་  
རྣམ་པར་བྲལ་གྱི། དབང་འབྱུང་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་གནས་གྲུབ་པ་ནི།  
དམིགས་པའི་འཆིང་བ་ལས་རྣམ་པར་བྲལ་བ་དང་། དམིགས་པ་ལ་ཇི་ལྟར་འདོད་པ་ལྟར་  
དབང་འབྱུང་པ་གཉིས་ཀར་དུ་འགྱུར་རོ། །དམིགས་པའི་རྒྱུན་བཤད་ཟེན་ཏེ། །

དེའི་འོག་དུ་བདག་པོའི་རྒྱུན་བཤད་པར་བཞེས་ནས་བདག་པོས་ཇི་ལྟ་བུ་  
ཞེ་ན་ཞེས་སྟོས་སོ། །དེ་ལ་རྟོན་ལ་དབང་བྱེད་པ་ནི། རྒྱུད་གི་དགྱིལ་ལའོར་ལ་  
སོགས་པ་ནི་རྒྱུད་དགྱིལ་ལའོར་ལ་སོགས་པའི་རྟོན་ལ་དབང་བྱེད་པས་བདག་པོའི་  
རྒྱུན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྟོན་གྱི་འཛིན་རྟོན་ནི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱིའོ། །འབྱུང་བ་  
རྣམས་ནི་འབྱུང་བ་ལས་གྲུབ་པ་རྣམས་ཀྱིའོ། །དབང་པོ་རྣམས་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
རྣམས་ཀྱིའོ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཅི་རིགས་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །འཕེན་པ་ལ་

ནོ། །ཞེས་གང་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་ཤེས་པ་རྣམས་ཀྱི་རྩིས་སུ་མཐུན་པའི་ཕྱིར། རོན་མ་  
 གྲུབ་པ་ཡིན་ཏེ། ཤེས་པ་རྣམས་ཀྱི་དབང་གི་ཤེས་པ་དང་། ལྷག་མཐོང་གི་  
 ཤེས་པ་དང་། རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཤེས་པ་འོ། །དང་པོའི་དབང་དུ་བྱས་ནས། རི་  
 སྐད་དུ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དབང་ཐོབ་དང་། རྣལ་འབྱོར་པ་ལ་རི་ལྟར་ཡང་། །  
 མོས་པའི་དབང་གིས་ས་ལ་སོགས། དངོས་པོ་དེ་ལྟར་དམིགས་པར་འགྱུར། །ཞེས་  
 གསུངས་ཏེ། ས་ལ་སོགས་པ་རོན་དུ་མངོན་པར་འདོད་པ་རྣམས་ནི་དབང་ཐོབ་པའི་  
 རྣལ་འབྱོར་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་གསེར་དང་ནམ་མཁའ་ལ་  
 སོགས་པ་རི་ལྟར་མོས་པ་དེ་ལྟར་དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་ས་ལ་སོགས་པ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་  
 མ་གྲུབ་ཞེས་བྱ་བའི་རོན་ཏོ། །གཉིས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས། རི་སྐད་དུ། འདི་ལ་  
 རྣམ་པར་འབྱེད་གྲུབ་པ། རྩོམ་ཞི་བ་ཐོབ་པ་ཡི། རྩོས་ཀྱི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ལ། །  
 དེ་ལྟར་རོན་ནི་མི་སྣང་ཕྱིར། །ཞེས་གང་གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ་འདི་ལྟར། རྣལ་ལྷན་ཞི་  
 གནས་དང་ལྷག་མཐོང་ལ་འདྲིས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཕྱི་ནང་གི་རྩིས་ཐམས་ཅད་ཡིད་ཀྱི་  
 བརྗོད་པ་ཅུམ་དུ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ན་དེ་ཁོ་ན་ལྟར་སྣང་གི། རོན་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་སྣང་  
 བའི་ཕྱིར་ལོ། །གསུམ་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན། རི་སྐད་དུ། མི་རྟོག་ཡེ་ཤེས་རྒྱ་བ་ལ། །  
 རོན་ཀྱི་སྣང་བ་མེད་ཕྱིར་ཡང་། རོན་མེད་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པར་བྱ། རེ་མེད་པས་ན་  
 རྣམ་རིག་མེད། །ཅེས་གང་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་རོན་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། གལ་ཏེ་  
 རོན་ཡང་དག་པར་གྲུབ་ན་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་སྣང་བར་འགྱུར་ཏེ། དེ་

འཆམ་པར་ཁ་ཅིག་ལ་ནི་རྣལ་ཁྲག་ལ་སོགས་པར་སྒྲུང་བའི་བྱིར་དང་། སེམས་ཅན་  
 དེ་དག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་དག་གྱུང་འདི་ནི་མ་ལུའུ་ལ་ལ་གཞན་རྣམས་ནི་ལུའུ་ལ་  
 པའོ་ཞེས་གྱུང་རྣམ་པར་བཞག་པར་རྣམས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཐམས་ཅད་གྱུང་བ་སྒྲུང་དུ་  
 རང་གི་ཇི་ལྟར་སྒྲུང་བ་ལྟར་གྱི་དོན་ལ་སྒྲུབ་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་བས་ན་ཆུ་གྲུང་ལ་  
 སོགས་པ་དོན་དུ་མཛོན་པར་འདོད་པ་རྣམས་ནི་སེམས་གྱི་སྒྲུང་བ་ཅམ་ཡིན་གྱི་  
 སེམས་ལས་མ་གཏོགས་པར་ལོགས་ན་གྲུབ་པ་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ལོ། །

དམིགས་པ་མེད་ན་དེར་སྒྲུང་བའི་ཤེས་པ་འབྱུང་བ་མི་རིགས་སོ་ཞེ་ན།  
 དམིགས་པ་མེད་པར་ཡང་ཤེས་པ་སྒྲུབ་དམིགས་སོ་ཞེས་པ་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། ཇི་སྒྲུང་དུ།  
 འདས་སོགས་དེ་བཞིན་མི་ལམ་དང་། །གཟུགས་ཅན་རྣམ་པ་གཉིས་པོ་ཡང་། །མེད་  
 བྱིར་དམིགས་པ་མེད་པའི་བྱིར་། །དེ་ནི་དམིགས་པར་རུང་བ་ཡིན། །ཞེས་གང་  
 གསུངས་པ་ཡིན་ལོ། །གཟུགས་ཅན་རྣམ་པ་གཉིས་ནི་བྱི་རོལ་དུ་ཆུ་ཟླ་ལ་སོགས་པ་  
 དང་། བང་དུ་རྒྱལ་འབྱོར་པའི་ཡིད་ལ་ཀེང་རུས་ལ་སོགས་པར་སྒྲུང་བ་གང་ཡིན་  
 པའོ། །གཞན་ནི་གོ་བར་ཟད་དོ། །ཅི་སྟེ་དོན་རྣམས་ཇི་ལྟར་སྒྲུང་བ་ལྟར་དུ་ཡང་དག་  
 པར་གྲུབ་ན་ཐམས་ཅད་གྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཐོང་བའི་བྱིར་། འབད་པ་མེད་པར་གྱོལ་  
 བའམ། ཡང་ན་ཅི་ཅམ་དུ་འབད་གྱུང་བཟུང་འཛིན་ལས་གྱོལ་བ་ཐོབ་པར་མི་འགྱུར་ཏེ།  
 གཉིས་སུ་སྒྲུང་བ་བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་དང་། གཉིས་མེད་རྟོག་པ་བྱིན་  
 ཅི་ལོག་དུ་འགྱུར་བའི་བྱིར་ཞེས་སྟོན་པ་ནི། དོན་ནི་དོན་དུ་གྲུབ་གྲུར་ན། །མི་རྟོག་ཡེ་  
 ཤེས་མེད་པར་འགྱུར། །དེ་མེད་པས་ན་སངས་རྒྱས་ཉིད། །ཐོབ་པ་འཐད་པ་མ་ཡིན་



པ་ལ་སྟོར་བའི་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་ཀྱི་དམིགས་པའོ། །དབང་  
བསྐྱར་བའི་དམིགས་པ་ནི། རྣམ་པར་ཐར་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་  
མཆིན་པ་ལ་བྱག་གི་བར་གྱི་ཡོན་ཏན་བྱད་པར་ཅན་རྣམས་ཀྱི་དམིགས་པའོ། །སྐད་  
ཅིག་པའི་དམིགས་པ་ནི་མི་སྟོབ་པ་རྣམས་ཀྱི་ཆེ་དེ་ཉིད་དོ། །རྗེས་སུ་འབྲང་བའི་  
དམིགས་པ་ནི། སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་དམིགས་པའོ། །

རྣམ་པར་བཞག་པས་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། ཇི་སྐད་བཤད་པའི་དམིགས་པའི་  
ཤྱེན་དེ་རྣམས་ནི་ཐ་སྟོད་ཙམ་དུ་རྣམ་པར་བཞག་པ་ཡིན་གྱི་ཡང་དག་པར་ནི་མ་ཡིན་ཏེ།  
དམིགས་པ་ཡོངས་སུ་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅིའི་ཕྱིར་དམིགས་པ་ཡོངས་སུ་མ་  
གྲུབ་ཅེ་ན། རྣམ་པ་བཞིས་དམིགས་པ་ཡོངས་སུ་མ་གྲུབ་པར་ལྟ་བར་བྱ་སྟེ། འདི་  
ལྟར་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མི་མཐུན་པའི་རྒྱ་བྱེད་པ་དང་། དམིགས་པ་མེད་པའི་རྣམ་  
པར་ཤེས་པ་དམིགས་པ་དང་། འབད་པ་མེད་པར་བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་འགྱུར་བ་  
དང་། ཤེས་པ་གསུམ་གྱིས་རྗེས་སུ་མཐུན་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། དེ་ལ་རེ་ཞིག་རྣམ་  
པར་ཤེས་པའི་མི་མཐུན་པའི་རྒྱ་བྱེད་པ་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། ཇི་སྐད་དུ། ཡི་དྲགས་དུད་  
འགྲོ་མི་རྣམས་དང་། །ལྟ་རྣམས་ཇི་ལྟར་རིགས་རིགས་སུ། །དངོས་གཅིག་ཡིད་ལ་  
ཐ་དད་བྱིར། །དོན་མ་གྲུབ་པར་འདོད་པ་ཡིན། །ཞེས་གང་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

དོན་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། ཅུ་སྐྱུང་ལ་སོགས་པ་བྱི་རོལ་གྱི་དོན་དུ་མངོན་པར་  
འདོད་པ་འདི་རྣམས་ནི་ཇི་ལྟར་སྒྲུང་བ་ལྟར་གྱི་དོན་དུ་མ་གྲུབ་ཏེ། ཡི་དྲགས་དང་  
དུད་འགྲོ་དང་མི་དང་། ལྟའི་འགྲོ་བ་རྣམས་ལ་དོན་དེ་ཉིད། རང་གི་ལས་དང་

སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་མི་དག་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་དང་། རང་གི་ས་པས་གཞན་གྱི་ས་  
 པ་ལ་དམིགས་པ་སོགས་སོ། །སྤྱི་ཆོགས་པའི་དམིགས་པ་ནི་སེམས་དང་སེམས་ལས་  
 བྱུང་བའི་ཆོས་རྟོགས་དང་བཅས། སྦྱོད་པ་དང་བཅས་པ་རྣམས་ཀྱི་དམིགས་པའོ། །  
 གཅིག་པུའི་དམིགས་པ་ནི། མི་རྟོག་ཅིང་མི་སྦྱོད་པའི་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་  
 རྣམས་ཀྱི་དམིགས་པའོ། །འབྲེལ་བའི་དམིགས་པ་ནི་འདུ་ཤེས་མེད་ས་པ་ལ་སྦྱོར་  
 བའི་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་ཆོས་རྣམས་དང་། བཅས་མཁའ་དང་རྣམ་ཤེས་  
 མཁའ་ཡས་སྦྱེ་མཆེད་ལ་དམིགས་པ་རྣམས་ཀྱི་དམིགས་པའོ། །སྤྱི་པ་ལྟ་བུའི་  
 དམིགས་པ་ནི། ཅི་ཡང་མེད་པའི་སྦྱེ་མཆེད་རྣམས་ཀྱི་དམིགས་པའོ། །མཐར་ཕྱིན་  
 པའི་དམིགས་པ་ནི། འདུ་ཤེས་མེད་འདུ་ཤེས་མེད་མིན་སྦྱེ་མཆེད་པ་རྣམས་ཀྱི་  
 དམིགས་པའོ། །ཉོན་མོངས་པའི་དམིགས་པ་ནི། དེས་དམིགས་པའི་ཕྱིར་དམིགས་  
 པ་ཞེས་བྱའོ། །མདོ་སྤྱིའི་ཆོག་ལ་ཡོད་པའི་ཆོས་ཀྱི་དམིགས་པ་ནི། གཙུག་ལག་  
 རྣམས་ཀྱི་མིང་ཆོགས་ཡི་གེའི་ཆོགས་རྣམས་སོ། །དོན་གྱི་དམིགས་པ་ནི་དེ་ལ་  
 བརྟེན་པའི་བརྗོད་བྱའི་དོན་གང་ཡིན་པའོ། །རྒྱུ་པུའི་དམིགས་པ་ནི། ཉན་ཐོས་ཀྱི་  
 ཐེག་པའོ། །རྒྱ་ཆེན་པོའི་དམིགས་པ་ནི། ཐེག་པ་ཆེན་པོའོ། །མཚན་མའི་དམིགས་  
 པ་ནི། ཞི་གནས་དང་རབ་ཏུ་འཛིན་པ་དང་། བཏང་སྦྱོམས་ཀྱི་མཚན་མའོ། །མཚན་  
 མ་མེད་པའི་དམིགས་པ་ནི། བྱ་ངན་ལས་འདས་པ་དང་། སྦྱོད་པའི་རྩེ་མོའོ། །དེ་ཁོ་  
 བའི་དམིགས་པ་ནི། དེ་བཞིན་ཉིད་དང་། བདེན་པའི་རྣམ་པ་བཙུ་བྱུག་པོ་དེ་དག་གི་  
 དམིགས་པའོ། །གནས་པར་བྱ་བའི་དམིགས་པ་ནི་འགོག་པའི་སྦྱོམས་པར་འཇུག་

མཐུན་སྒྲ་ཆོག་པ་གཅིག །འབྲེལ་སྒྲུས་མཐར་ཐྱིན་ཕྱ་ཉོན་མོངས། །མདོ་སྡེའི་ཆོག་  
དོན་ཆུང་དུ་ཆེ། །མཆོན་མ་མཆོན་མེད་དེ་གཉིས་ནས། །དབང་སྐྱར་སྐྱད་ཅིག་རྗེས་  
སྒྲུ་འབྲང་། །དམིགས་པ་ཉི་ཤུ་ཙུང་དགུར་དབྱེ། །ཞེས་པའོ་དེ་ལ་མེད་པའི་དམིགས་  
པ་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་ཆོས་ཐྱིན་ཅི་ལོག་དང་འདས་པ་  
དང་། མ་འོངས་པ་དང་། རྒྱུ་ལམ་དང་གཟུགས་བརྒྱན་དང་། སྐྱུ་མ་ལ་སོགས་པའི་  
དམིགས་པའོ། །ཡོད་པའི་དམིགས་པ་ནི་དེ་ལས་གཞན་པའི་དམིགས་པའོ། །  
དམིགས་པ་མེད་པའི་དམིགས་པ་ནི་གཟུགས་དང་། སེམས་དང་ལྡན་པ་མ་ཡིན་པ་  
དང་། འདུས་མ་བྱས་སོ། །དམིགས་པ་དང་བཅས་པའི་དམིགས་པ་ནི་སེམས་དང་  
སེམས་ལས་བྱུང་བའི་ཆོས་རྣམས་སོ། །ཡང་དག་པ་ཉིད་ཀྱི་དམིགས་པ་ནི་དག་  
པའོ། །ལོག་པ་ཉིད་ཀྱི་དམིགས་པ་ནི་ཉོན་མོངས་ཅན་ལོ། །

དེ་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པ་ནི། མ་སྒྲིབས་ལ་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པའོ། །ཚུལ་  
བཞིན་ཀྱི་དམིགས་པ་ནི། སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་དག་བ་རྣམས་ཀྱི་  
དམིགས་པའོ། །ཚུལ་བཞིན་མ་ཡིན་པའི་དམིགས་པ་ནི་ཉོན་མོངས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་  
དམིགས་པའོ། །དེ་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པའི་དམིགས་པ་ནི་སེམས་དང་སེམས་ལས་  
བྱུང་བའི་ཆོས་མ་སྒྲིབས་ལ་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་རྣམས་ཀྱི་དམིགས་པའོ། །འདྲ་བ་  
རྣམས་ཀྱི་དམིགས་པ་ནི་དག་བ་སོགས་ཀྱི། དག་བ་ལ་སོགས་པ་དང་། རང་གི་ས་པ་  
རྣམས་ཀྱི་རང་གི་ས་པ་དང་། ཟག་པ་དང་བཅས་པས་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་དང་།  
ཟག་པ་མེད་པས་ཟག་པ་མེད་པ་རྣམས་སོ། །མི་མཐུན་པའི་དམིགས་པ་ནི་དག་བ་ལ་



རྣམས་ཀྱི་དམིགས་པ་འོ། །ཀུན་བརྟགས་པའི་དམིགས་པ་ནི་གང་ལ་གཏོགས་པ་  
 རྣམས་ཀྱི་དམིགས་པ་སྟེ། དེ་དག་ནི་རང་གི་ཀུན་བརྟགས་པ་ཙམ་ལ་དམིགས་པའི་  
 བྱིར་རོ། །བྱིན་ཅི་ལོག་གི་དམིགས་པ་ནི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་  
 སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་ཀྱི་དམིགས་པ་འོ། །བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་  
 དམིགས་པ་ནི། མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་དང་སེམས་ལས་  
 བྱུང་བ་རྣམས་ཀྱི་དམིགས་པ་གང་ཡིན་པ་འོ། །ཐོགས་པ་དང་བཅས་པའི་དམིགས་  
 པ་ནི། ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་མ་སྤངས་པ་རྣམས་ཀྱི་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་  
 དམིགས་པ་འོ། །ཐོག་པ་མེད་པའི་དམིགས་པ་ནི། ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་སྤངས་པ་  
 རྣམས་ཀྱི་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་དམིགས་པ་འོ། །དེ་ལ་ཟག་མེད་ལ་དམིགས་  
 པ་སོགས། དམིགས་པའི་རྒྱུ་རྣམ་པར་གཏན་ལ་དབབ་པ་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་  
 མཚན་ཉིད་དང་། རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་དང་རྣམ་པར་བཞག་པ་དང་། ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་  
 དང་། སྤངས་པས་ཀྱང་དམིགས་པ་རྣམ་པར་རིག་པར་བྱའོ། །མཚན་ཉིད་ཀྱིས་ཇི་  
 ལྟ་བུ་ཞེ་ན། དོན་གང་དེར་སྤང་བའི་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་ཚུལ་རྣམས་  
 འབྱུང་བའི་རྒྱར་བྱུར་ཅིང་། དེ་དག་བྱུང་ནས་ཀྱང་དོན་དེ་ལ་མཛོད་པར་ཞེན་པ་དང་།  
 ཐ་སྙད་འདོགས་པ་དང་། སོ་སོ་རང་གི་རིག་པར་འགྱུར་བ་ནི་དམིགས་པའི་མཚན་  
 ཉིད་དོ། །

རབ་ཏུ་དབྱེ་བས་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། སྡོམ་ནི། མེད་ཡོད་དམིགས་མེད་  
 དམིགས་དང་བཅས། །ཡང་དག་ཚུལ་བཞིན་གཉིས་བསྒྲེག་གཞན། །འདྲ་དང་མི་

མཚམས་སྒྲུབ་པའི་བྱེ་བྲག་གིས་རྣམ་པ་དགུར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་འབྲད་པ་  
ཡིན་ནོ། །དེ་མ་བྲག་པའི་རྒྱུན་བཤད་ཟེན་ཏོ། །

དེའི་འོག་ཏུ་དམིགས་པའི་རྒྱུན་བཤད་པར་བཞེད་ནས་དམིགས་པས་རྗེ་  
ལྷ་བྱ་ཞེན་ཞེས་སྒྲོས་ཏེ་དེ་ལ་ཡུལ་ཡོངས་སུ་ཆད་པའི་དམིགས་པ་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་  
པའི་ཚོགས་ལྷའི་དམིགས་པ་གང་ཡིན་པ་སྟེ། དེ་རྣམས་རང་རང་གི་ཡུལ་སོ་སོར་  
རེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡུལ་ཡོངས་སུ་མ་ཆད་པའི་དམིགས་པ་ནི་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་  
ཤེས་པའི་དམིགས་པ་སྟེ། ཚོས་བསམས་ཅད་དེའི་དམིགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
ཡུལ་ལ་བཀྲ་བར་འཛིན་པ་མེད་པའི་དམིགས་པ་ནི་བདུ་ལ་མ་བྱུང་བའི་ཡིད་གྱིས་  
རྣམ་པར་ཤེས་པའི་དམིགས་པ་སྟེ། མིང་ལས་དོན་ལ་འདིའི་ཞེས་བཀྲ་བར་བྱེད་མི་  
རྣམས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡུལ་ལ་བཀྲ་བར་འཛིན་པ་ནི་དེ་ལས་བསྒྲོག་པའོ། །དངོས་པོ་  
དང་བཅས་པའི་ཡུལ་གྱི་དམིགས་པ་ནི་ལྷ་བ་དང་ར་རྒྱལ་དང་དེ་དང་མཚུངས་པར་  
ལྷན་པའི་ཚོས་རྣམས་མ་གཏོགས་པ་དེ་ལས་གཞན་པའི་སེམས་དང་སེམས་ལས་  
བྱུང་བའི་ཚོས་རྣམས་གྱི་དམིགས་པ་གང་ཡིན་པའོ། །དངོས་པོ་མེད་པའི་ཡུལ་གྱི་  
དམིགས་པ་ནི་ལྷ་བ་དང་ར་རྒྱལ་མཚུངས་ལྷན་དང་བཅས་པ་རྣམས་གྱི་དམིགས་པ་སྟེ།  
དེ་རྣམས་བདག་ལ་དམིགས་པས་བདག་གཞི་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དངོས་པོའི་དམིགས་པ་ནི་བྲག་པ་མེད་པ་ལ་དམིགས་པ་དང་། སྐལ་བ་མི་  
མཉམ་པའི་ཁམས་དང་ས་ལ་དམིགས་པ་དང་། མ་འོངས་པའི་དམིགས་པ་གཞི་  
གཏན་ལ་མ་ཐེབས་པ་ལ་དམིགས་པ་རྣམས་མ་གཏོགས་པ་དེ་ལས་གཞན་པ་

སྤྲིད་དུ་སེམས་མི་གསལ་བར་མ་གྱུར་པ་དེ་སྤྲིད་དུ་ཀུན་དུ་འབྱུང་ཞིང་། དེ་ཡོངས་སུ་  
ཤེས་ནས་གཉེན་པོས་ཚར་གཙོད་དོ། །འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་རྣམས་ལ་ནི་མ་  
སྤངས་སུ་བྱིན་གྱིང་། གཉེན་པོ་སྟོབས་ཆེ་བས་ཀུན་དུ་མི་འབྱུང་ཞིང་། བག་ལ་ཉལ་  
གྱི་སྟོབས་ཀྱིས་ཉིང་མཆམས་སྟུང་། བར་མ་དོའི་སྤྲིད་པར་ཉིང་མཆམས་སྟུང་བའི་སྤྲིད་  
ཅིག་མ་ནི་རྟག་དུ་མ་སྟོབས་ལ་ལུང་མ་བསྟན་ཉིད་དེ། རྣམ་སྟོན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །  
དེའི་འོག་དུ་ནི་དག་བ་དང་མི་དག་བ་དང་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པའི་རིགས་སུ་སྟུང་བུའོ། །  
བར་མ་དོའི་སྤྲིད་པའི་འཆི་བའི་སེམས་རྟག་དུ་ཉོན་མོངས་ཅན་ཉིད་དེ། འཆི་བའི་  
སྤྲིད་པ་བཞིན་ནོ། །སྟེ་བའི་ཉིང་མཆམས་སྟུང་བའི་སྤྲིད་པ་ནི་རྟག་དུ་མ་སྟོབས་ལ་  
ལུང་དུ་མ་བསྟན་པར་རིག་པར་བུའོ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་པ་སྟོན་ལམ་གྱི་སྟོབས་  
ཀྱིས་སྟེ་བ་རྣམས་ཀྱི་འཆི་བའི་སེམས་ལ་སོགས་པ་ནི་རྟག་དུ་དག་བ་ཡིན་པར་རིག་  
པར་བུའོ། །ཞེས་པ་ནི། འགྲེལ་པའི་བཤད་པའོ། །འཆི་བའི་སེམས་ནི་ཀུན་གཞིའི་  
རྣམ་ཤེས་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རྟག་དུ་མ་སྟོབས་ལ་ལུང་མ་བསྟན་ཁོ་ན་ཡིན་པས་འགྲེལ་  
པའི་བཤད་པ་ལ་འབྲད་པ་མེད་དོ། །

འཆི་འཕོ་ཁའི་ཡིད་གྱི་རྣམ་ཤེས་ནི་རྟག་དུ་ཉོན་མོངས་ཅན་ཡིན་ལ་དེ་ཡང་།  
གང་དུ་སྟེ་འགྱུར་གྱི་ས་པའི་ལུས་ལ་སྤྲོད་པ་དང་མཚུངས་པར་ལྷན་པས་དེའི་ས་པར་  
གཏོགས་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་སྤྲོད་པ་དེ་ཡང་རྟོན་ཅིང་འགྲེལ་པར་འབྱུང་བའི་  
ཡན་ལག་ལེན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་གྲངས་སུ་འགྲོ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་དང་མཚུངས་པར་  
ལྷན་པའི་སེམས་ཉོན་མོངས་ཅན་དེ་ནི་ཁམས་གསུམ་ནས་ཁམས་གསུམ་དུ་ཉིང་



འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་སྐྱེ་བ་དང་མཐུན་པའི་སྤྲུག་པ་ལ་སོགས་  
 པའི་མཆོན་མ་གས་ཆེ་བའི་ཡུལ་སྤྲང་བར་གྱུར་པའོ། །དེ་པའི་སྤྲུག་གིས་ནི་དེ་  
 པའི་ཀུན་དུ་རྟོག་པ་དག་གིས། འདས་པའི་ཡུལ་ལ་འབྲོ་བར་བྱེད་པའོ། །ཡིད་ལ་  
 བྱེད་པའི་སྤྲུག་གིས་ནི། གལ་ཏེ་སྤྲོད་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པས་སྤྲུག་པའི་མཆོན་མ་གང་  
 ཡང་རུང་བ་ཡིད་ལ་བྱེད་པའོ། །ཉིང་མཆོམས་སྤྲོད་པའི་སྤྲུག་གིས་ནི་འཆི་བའི་  
 སེམས་རྣམ་པ་དགུ་ལ་ལུས་ལ་སྤྲོད་པ་དང་མཆུངས་པར་ལྡན་པའི་ཁམས་གསུམ་དུ་  
 སོ་སོར་འདོད་པ་དང་གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་པ་ན་སྤྲོད་པ་དག་གོ། །དེ་ལ་  
 འདོད་པ་ནས་ཤི་འཕོས་ནས་འདོད་པར་ཉིང་མཆོམས་སྤྲོད་པར་འགྱུར་བའི་འཆི་  
 སེམས་འདོད་པའི་ལུས་ལ་སྤྲོད་པ་དང་མཆུངས་པར་ལྡན་པར་རིག་པར་བྱའོ། །  
 འདོད་པ་ནས་གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་ཁམས་སུ་ཉིང་མཆོམས་སྤྲོད་པའི་འཆི་  
 སེམས་ཡང་། དེ་དང་དེའི་ལུས་ལ་སྤྲོད་པ་དང་མཆུངས་པར་ལྡན་པར་རིག་པར་  
 བྱའོ། །དེ་བཞིན་དུ་གཟུགས་ནས་ཤི་འཕོས་ནས་ཁམས་གསུམ་དུ་ཉིང་མཆོམས་  
 སྤྲོད་པའི་འཆི་སེམས་གསུམ་དང་། གཟུགས་མེད་ནས་ཤི་འཕོས་ནས་ཁམས་  
 གསུམ་དུ་ཉིང་མཆོམས་སྤྲོད་པའི་འཆི་སེམས་གསུམ་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་སྤྲོད་པར་  
 བྱའོ། །

འཆི་བའི་སེམས་དེ་ནི་ཤིན་ཏུ་མི་གསལ་བའི་ཕྱིར་སྤྲུག་པ་ལ་ལུང་དུ་མ་  
 བསྐྱར་བ་ཡིན་ལ། སོ་སོ་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ནི་དེའི་སྤྲུག་གིས་བར་མ་དོའི་སྤྲོད་པར་  
 ཉིང་མཆོམས་སྤྲོད་པོ། །འཕགས་པ་འདོད་ཆགས་དང་མ་བུལ་བ་རྣམས་ལ་ནི་རི་

པར་བྱའོ། །འདུན་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ནི་བསམ་གཏན་གཉིས་པ་ཐོབ་པ་བསམ་  
 གཏན་དང་པོ་ལ་སྟོམ་པར་ཞུགས་ནས། འདོད་ན་གཉིས་པའི་ས་ལས་ལྷང་བའི་  
 སེམས་མཛོན་པར་འདུ་བྱེད་ལ། གཞན་དུ་འདོད་ན་ཡང་། འདོད་པ་ན་སྟོད་པའི་  
 དགོ་འཇམ། མ་སྟོབས་ལ་ལྷང་དུ་མ་བསྟན་པ་མཛོན་དུ་བྱེད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་གཞན་  
 ལ་ཡང་རྒྱ་ཆེར་སྦྱར་རོ། །སྟོར་བའི་སྟོབས་ཀྱིས་ནི་འདོད་པ་སྟོད་པའི་དགོ་བའི་  
 འདུག་ཐོགས་སུ། ཐོག་མ་ཁོ་ནར་གཟུགས་ན་སྟོད་པའི་སེམས་འབྱུང་རོ། །མི་  
 སྟོགས་པ་མེད་པའི་དགོ་བའི་མཁུག་ཐོགས་སུ་དངོས་གཞིའོ། །དེའི་མཁུག་ཐོགས་  
 སུ་བསམ་གཏན་གཉིས་པའི་ཉེར་བསྟོགས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་རྒྱས་པར་  
 བྲིད་པའི་རྩེ་མོའི་བར་དུ་རིག་པར་བྱའོ། །སྟོམས་པར་འདུག་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ནི།  
 རེས་དག་པ་བ་ལ་སྟོམས་པར་འདུག་པའི་སེམས་ལས་རེས་འགའ་ནི་དག་པ་བ་ཉིད་  
 སྟེའོ། །རེས་འགའ་ནི་ཉོན་མོངས་ཅན་ནོ། །འཕེན་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ནི། ཉིང་རེ་  
 འཕྲོལ་ལས་ལངས་ནས་རྒྱ་བ་ན་རི་བྲིད་དེ་དང་མི་མཐུན་པའི་ཉོན་མོངས་པ་ཀུན་དུ་  
 འབྱུང་བས་ཡོངས་སུ་ཉམས་པར་མ་གྱུར་པ་དེ་བྲིད་དུ་མཉམ་པར་བཞག་པའི་  
 སེམས་དང་། མཉམ་པར་བཞག་པའི་སེམས་སྐད་ཅིག་འདྲེས་མར་རྗེས་སུ་འདུག་  
 པའོ། །དེ་དང་མི་མཐུན་པའི་ཉོན་མོངས་པ་ནི་རྒྱ་ལ་སོགས་པ་སྟོབས་བཞིས་ཀུན་དུ་  
 འབྱུང་བར་རིག་པར་བྱའོ། །

དེ་ལ་རྒྱའི་སྟོབས་ཀྱིས་ནི་གལ་ཏེ་གདོན་མི་བླ་བར་ཡོངས་སུ་ཉམས་པར་  
 འགྱུར་བའི་ལས་ཀྱི་སྟོབས་པ་སྟོན་བསགས་པའོ། །ཡུལ་གྱི་སྟོབས་ཀྱིས་ནི་གལ་ཏེ།

མེད་རྣམས་སོ། །མི་སྟོབ་པ་བྲག་མེད་ལས་ནི་རང་དང་། ཁམས་གསུམ་གྱི་དགེ་བ་  
སྟོར་བྱང་རྣམས་ཏེ། དེ་ལས་ལྷང་བའི་ཆེ་ནའོ། །ཚུལ་འདིས་ས་དགུ་པོ་རྣམས་ལ་  
ཡང་རྒྱས་པར་རྩི་བར་བྱ་སྟེ། སྟོབས་པ་སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པ་འཕེལ་བར་བྱ་  
བའི་ཕྱིར་རོ། །

སེམས་དེ་རྣམས་ལན་ཚུན་གཅིག་གིས་མཇུག་ཐོགས་སུ་གཅིག་འབྱུང་བ་  
གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་སྟོབས་བཅུས་འབྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་འདྲིས་པའི་སྟོབས་དང་།  
འདུན་པའི་སྟོབས་དང་། སྟོར་བའི་སྟོབས་དང་། སྟོམས་འཇུག་གི་སྟོབས་དང་།  
འཕེན་པའི་སྟོབས་དང་། རྒྱུའི་སྟོབས་དང་། ཡུལ་གྱི་སྟོབས་དང་། དྲན་པའི་སྟོབས་  
དང་། ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་སྟོབས་དང་། ཉིང་མཆོམས་སྟོར་བའི་སྟོབས་ཀྱིས་སོ། །དེ་  
ལ་འདྲིས་པའི་སྟོབས་ནི་རྣམ་པ་གསུམ་སྟེ། རྒྱང་དུ་དང་། འབྲིང་དང་། ཆེན་པོ་  
གསུམ་སོ། །སྟོམས་པར་འཇུག་པ་དང་། གནས་པ་དང་། ལྷང་བའི་རྒྱ་རྣམས་མི་  
མངོན་པའི་ཕྱིར་རྒྱང་དུ་འོ། །སྟོན་ལེགས་པར་མ་འདྲིས་པའི་ཕྱིར་འབྲིང་དོ། །  
ལེགས་པར་འདྲིས་པའི་ཕྱིར་ཆེན་པའོ། །དེ་ལ་འདྲིས་པ་རྒྱང་དུ་འོ་སྟོབས་ཀྱིས་  
བསམ་གཏན་དང་གཟུགས་མེད་པ་རྣམས་ལ་མཐར་གྱིས་སྟོམས་པར་འཇུག་པར་  
རིག་པར་བྱའོ། །འབྲིང་གིས་ནི་གཅིག་གིས་བར་དུ་ཆོད་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཐོད་ཀྱིས་དུ་  
སྟོམས་པར་འཇུག་པར་རིག་པར་བྱའོ། །

ཆེན་པོས་ནི་རི་ལྟར་འདོད་པའམ། ཐམས་ཅད་ལ་ཐོད་ཀྱིས་དུ་ཞུགས་  
ནས་ལུགས་དང་མཐུན་པ་དང་ལུགས་དང་མི་མཐུན་པར་སྟོམ་པར་འཇུག་པར་རིག་



གཟུགས་ནས་གི་འཕྲོས་ནས་ཁམས་གོང་འོག་དག་དུ་ཉིང་འཆམས་སྦྱར་བ་དེའི་ཆེ་  
 བའོ། །དགེ་བ་སྦྱེས་ཐོབ་དང་རྣམས་སྦྱིན་སྦྱེས་ཀྱི་མཁུག་ཐོགས་སུ་རང་སའི་ཆོས་ལྟ་  
 འབྱུང་སྟེ་སྦྱལ་སེམས་མ་གཏོགས་སོ། །གོང་འོག་གཉིས་ཀྱི་ཉོན་མོངས་ཅན་ཡང་  
 འབྱུང་སྟེ། དེ་དང་དེར་འཆི་བའི་ཆེ་བའོ། །ཉོན་མོངས་ཅན་ལས་ནི་སྦྱལ་སེམས་མ་  
 གཏོགས་པ་རང་སའི་ཆོས་ལྟ་འབྱུང་ཞིང་། གོང་འོག་གི་ཉོན་མོངས་ཅན་ཡང་འབྱུང་སྟེ།  
 འཆི་འཕོ་བའི་ཆེ་བའོ། །འདོད་པའི་དགེ་བ་སྦྱོར་བྱུང་ཡང་སྤྲོད་དེ། ཉོན་མོངས་ཅན་  
 ཀྱི་བསམ་གཏན་ལས་ལྷང་བའི་ཆེ་བའོ། །སྦྱལ་བའི་སེམས་ནི་འདོད་པའི་སྦྱལ་  
 སེམས་ལྷར་རང་དང་དགེ་བ་སྦྱོར་བྱུང་ཁོ་ནའི་རྒྱུ་དུ་འབྱུང་ངོ། །སྦྱོང་ལམ་ལས་ནི་  
 སྦྱལ་སེམས་མ་གཏོགས་པ་རང་སའི་ཆོས་ལྟ་ཁོ་ནའོ། །

གཟུགས་མེད་པའི་དགེ་བ་སྦྱོར་བྱུང་ལས་ནི་རང་སའི་ཆོས་བཞི་དང་།  
 ཐོད་རྒྱལ་དུ་སྦྱོམས་པར་འཁུག་པའི་ཆེ་གཟུགས་ཀྱི་དགེ་བ་སྦྱོར་བྱུང་ཡང་ངོ། །དེར་  
 འཕགས་པའི་ལམ་ལ་སྦྱོམས་པར་འཁུག་པའི་ཆེ། སྦྱོབ་པ་ཟག་མེད་ཀྱང་ངོ། །དེ་  
 བས་འོག་མ་གཉིས་སུ་འཆི་འཕོ་བའི་ཆེ་འདོད་པ་དང་གཟུགས་ཀྱི་ཉོན་མོངས་ཅན་  
 ཡང་ངོ། །དེའི་ཆེ་གཞན་གསུམ་ཀྱི་མཁུག་ཐོགས་སུ་ཡང་དེ་དག་འབྱུང་བར་རིག་  
 པར་བྱའོ། །དགེ་བ་སྦྱེས་ཐོབ་དང་རྣམས་སྦྱིན་སྦྱེས་ལས་རང་སའི་ཆོས་བཞིའོ། །ཉོན་  
 མོངས་ཅན་ལས་རང་སའི་ཆོས་བཞི་དང་། ཉོན་མོངས་ཅན་ཀྱི་སྦྱོམ་འཁུག་ལས་  
 ལྷང་བའི་ཆེ་འདོད་པ་དང་གཟུགས་ཀྱི་དགེ་བ་སྦྱོར་བྱུང་ཡང་ངོ། །སྦྱོབ་པ་ཟག་མེད་  
 ལས་ནི་རང་དང་། ཁམས་གསུམ་གསུམ་ཀྱི་དགེ་བ་སྦྱོར་བྱུང་དང་། མི་སྦྱོབ་པ་ཟག་

པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་དེའི་ཆེ་ནའོ། །གཟུགས་དང་གཟུགས་  
མེད་པ་ན་སྟོད་པའི་ཉོན་མོངས་ཅན་ཡང་འབྱུང་སྟེ། གང་གི་ཆེ། འདི་ནས་གི་འཕྲོས་  
ནས་དེ་དག་དུ་ཉིང་འཆོམས་སྟོར་བ་དེའི་ཆེ་ནའོ། །མི་སྟོབ་པ་ཟག་མེད་འཇིག་རྟེན་  
ལས་འདས་པའི་རང་བཞིན་ནི་དོ་རྗེ་ལྟ་བུའི་ཉིང་རེ་འཛིན་ཁོ་ནའི་མཇུག་ཐོགས་སུ་  
འབྱུང་བའི་ཕྱིར་འདོད་པའི་སེམས་ལས་མི་འབྱུང་ལ། འཇིག་རྟེན་པ་ཀྱན་རྫོབ་ཤེས་  
པའི་རང་བཞིན་ནི་འབྱུང་བ་ཡང་སྤྲོད་དོ། །

སྐྱུལ་སེམས་མ་གཏོགས་པ་འདོད་པའི་གཞན་དུག་གི་མཇུག་ཐོགས་སུ་  
ཡང་སྐྱུལ་སེམས་མ་གཏོགས་པ་རང་སའི་ཆོས་དུག་པོ་འབྱུང་ཞིང་། དགོ་བ་སྐྱེས་  
ཐོབ་དང་། རྣམ་སྒྲིན་སྐྱེས་ཀྱི་འཇུག་དུ་གོང་མ་གཉིས་ཀྱི་ཉོན་མོངས་པ་འབྱུང་སྤྲོད་ཏེ།  
འཆི་འཕོ་བའི་ཆེ་ནའོ། །སྐྱུལ་པའི་སེམས་ཀྱི་འཇུག་ཐོགས་སུ་ནི་རང་དང་། སྐྱུལ་  
སེམས་དང་། གཟུགས་ཀྱི་དགོ་བ་སྟོར་བྱུང་འབའ་ཞིག་འབྱུང་སྟེ། སྐྱུལ་པ་དག་ནི་  
བསམ་གཏན་ལ་མཉམ་པར་བཞག་ནས་སྒྲིད་ཅིང་། བསམ་གཏན་ལ་མཉམ་པར་  
བཞག་ནས་སྒྲར་བསྐྱུད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཟུགས་ཀྱི་དགོ་བ་སྟོར་བྱུང་གི་མཇུག་  
ཐོགས་སུ་ནི་རང་སའི་ཆོས་དུག་དང་། འདོད་པའི་དགོ་བ་སྟོར་བྱུང་དང་། སྐྱུལ་པའི་  
སེམས་རྣམས་འབྱུང་སྟེ། གང་གི་ཆེ་འདིར་གཟུགས་ཀྱི་སྟོམས་འཇུག་ལས་ལྷང་  
བའི་ཆེ་ནའོ། །གཟུགས་མེད་ཀྱིས་དགོ་བ་སྟོར་བྱུང་དང་། སྟོབ་པ་ཟག་མེད་ཀྱང་  
འབྱུང་སྟེ། དེའི་མཇུག་ཐོགས་སུ་དེ་དང་དེ་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་པའི་ཆེ་ནའོ། །  
འདོད་པ་དང་གཟུགས་མེད་པའི་ཉོན་མོངས་ཅན་ཡང་འབྱུང་བ་སྤྲོད་དེ། གང་གི་ཆེ་

དེ་ལ་འདོད་པའི་ཁམས་ན་ནི་གསུམ་སྟེ། དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བ་དང་ལུང་  
 དུ་མ་བསྟན་པའོ། །གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་པའི་ཁམས་ན་ནི། མི་དགེ་བ་ཐོར་  
 བ་གཉིས་སོ། །ཁམས་གསུམ་གྱི་དགེ་བ་རྣམས་ནི་སྦྱོང་ས་ཐོབ་པ་དང་སྦྱོར་བ་ལས་  
 བྱུང་བ་གཉིས་གཉིས་སོ། །ལུང་དུ་མ་བསྟན་རྣམས་ཀྱང་། སྦྱོང་ས་པ་དང་མ་སྦྱོང་བ་  
 གཉིས་གཉིས་སོ། །མ་སྦྱོང་ས་ལ་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་ཡང་འདོད་པ་ན། བཟོ་གནས་  
 པ་དང་། སྦྱོང་ལམ་པ་དང་། སྦྱུལ་པ་དང་། རྣམ་སྦྱོར་ལས་སྦྱོས་པ་བཞི་ཡིན་ནོ། །  
 གཟུགས་གྱི་ཁམས་ན། བཟོ་མ་གཏོགས་གཞན་གསུམ་སོ། །གཟུགས་མེད་པ་ན་  
 རྣམ་སྦྱོར་ལས་སྦྱོས་པ་གཅིག་པུའོ། །ཟག་པ་མེད་པ་ཡང་གཉིས་ཏེ། སྦྱོང་བ་དང་  
 མི་སྦྱོང་བའོ། །དེ་ལྟར་ན་འདོད་པ་ན་སྦྱོང་བ་ནི་བདུན་ནོ། །གཟུགས་ན་སྦྱོང་བ་ནི་  
 དུག་གོ། །གཟུགས་མེད་པ་ན་སྦྱོང་བ་ནི་བཞི་འོ། །ཟག་པ་མེད་པ་གཉིས་ཏེ། ཚུལ་  
 བཅུ་དགུ་པོ་འདི་དག་གང་གིས་འདུག་ཐོགས་སུ་གང་འབྱུང་ཞེ་ན། དེ་ལ་འདོད་པ་  
 ན་སྦྱོང་བའི་དགེ་བ་སྦྱོར་བ་ལས་བྱུང་བའི་འདུག་ཐོགས་སུ་ནི་སྦྱུལ་སེམས་མ་  
 གཏོགས་པ་རང་སའི་ཚུལ་དུག་པོ་འབྱུང་བར་རིགས་པར་བྱ་སྟེ། སྦྱུལ་པའི་སེམས་  
 ནི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་དག་པའི་བསམ་གཏན་ཁོ་ནའི་འདུག་ཐོགས་སུ་འབྱུང་  
 བའི་ཕྱིར་འདོད་པའི་སེམས་ལས་སྦྱོང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །སྦྱོང་ས་ཐོབ་དང་ལས་ལས་སྦྱོས་  
 པ་སོགས་ཀྱི་སྦྱུལ་སེམས་ནི་རྣམ་སྦྱོར་ལས་སྦྱོས་པ་ལ་སོགས་པར་འདུ་བའི་ཕྱིར་  
 ཉེས་པ་མེད་དོ། །གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་པའི་དགེ་བ་སྦྱོར་བྱུང་དང་སྦྱོང་བ་  
 ཟག་མེད་ཀྱང་འབྱུང་སྟེ། གང་གི་ཆེ་འདིར་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་དང་། ཟག་པ་མེད་



མཐུན་དུ་མ་རྒྱད་གཅིག་ལ་གཅིག་ཅར་སྐྱེ་བའི་གོ་སྐབས་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

འདི་ནི་སྤར་རྒྱས་པར་བཤད་ཟིན་པའི་ཕྱིར་ཡང་མི་སྟོའོ། །འོ་ན་དགེ་བ་  
ལ་སོགས་པའི་ཆོས་དང་འདོད་པ་ལ་སོགས་པའི་ཁམས་དང་ས་མཐུན་པ་རྣམས་ཁོ་  
ན་རྒྱུན་དང་རྒྱུན་ཅན་དུ་འགྱུར་རམ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། མཐུན་པ་དང་མི་མཐུན་པ་ཅི་  
རིགས་པའི་དེ་མ་ཐག་པའི་རྒྱུན་དུ་འགྱུར་ཏེ། འདི་ལྟར། དགེ་བའི་སེམས་ནི། རང་  
དང་མཐུན་པ་དགེ་བ་རྣམས་དང་། མི་མཐུན་པ་མི་དགེ་བ་དང་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་  
རྣམས་ཀྱི་ཡང་དེ་མ་ཐག་པའི་རྒྱུན་དུ་འགྱུར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་མི་དགེ་བ་དང་ལུང་དུ་  
མ་བསྟན་པ་ཡང་། རང་དང་གཞན་རྣམས་ཀྱི་དེ་མ་ཐག་པའི་རྒྱུན་དུ་འགྱུར་བར་ལྟ་  
བར་བྱའོ། །དེ་བཞིན་དུ་འདོད་པ་ན་སྟོན་པ་རྣམས་ནི་འདོད་པ་ན་སྟོན་པ་དང་།  
གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་པ་ན་སྟོན་པ་དང་། ཟག་པ་མེད་པའི་སེམས་ཀྱི་དེ་མ་  
ཐག་པའི་རྒྱུན་དུ་འགྱུར་རོ། །གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་པ་ན་སྟོན་པ་རྣམས་ཀྱང་།  
ཁམས་གསུམ་ཀ་དང་། ཟག་པ་མེད་པའི་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་ཀྱི་  
དེ་མ་ཐག་པའི་རྒྱུན་དུ་འགྱུར་རོ། །ཟག་པ་མེད་པའི་སེམས་དང་སེམས་བྱུང་རྣམས་  
ཀྱང་ཁམས་གསུམ་དང་ཟག་པ་མེད་པའི་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་དེ་མ་  
ཐག་པའི་རྒྱུན་དུ་འགྱུར་རོ། །དེ་ནི་རགས་པའི་རྣམ་པར་བཞག་པ་ཙམ་སྟེ། །ཞིབ་  
མོར་དབྱེད་པ་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ་འདི་ལྟར། མདོར་སྤྲུལ་ན་སེམས་དང་སེམས་ལས་  
བྱུང་བའི་ཆོས་འདི་རྣམས་ནི་གཞིར་འགྱུར་ཏེ། ཁམས་གསུམ་ན་སྟོན་པ་དང་། ཟག་  
པ་མེད་པའོ། །

འབྱུང་བ་རྣམས་ཀྱི་དེ་མ་ཐག་པའི་རྒྱུ་དུ་ལྟོའོ། །འབྲས་བུ་གང་གི་ཞེན། རང་གི་  
 འཇུག་ཐོགས་སུ་འབྱུང་བ་ཞིན་པའི་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་གཞན་རྣམས་  
 ཀྱི་འོ། །རང་གི་མཇུག་ཐོགས་སུ་འབྱུང་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མ་ཡིན་གྱི་དེ་མ་ཐག་དུ་  
 འབྱུང་བའོ། །སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་ཚེས་ཐམས་ཅད་དེ་མ་ཐག་པའི་  
 རྒྱུ་དུ་འགྱུར་རམ་ཞེན། འགའ་ཞིག་རྒྱུ་མ་འཆད་པར་འབྱུང་བར་འགྱུར་བ་གང་  
 ཡིན་པ་དེ་དག་མཚུངས་པ་དེ་མ་ཐག་པའི་རྒྱུ་དུ་འགྱུར་གྱི་གང་ཡང་དག་བཅོམ་པ་  
 ཐ་མའི་སེམས་ལྟ་བུ་ཕྱི་ལོགས་སུ་རྒྱུད་ཆད་པར་འགྱུར་བ་དེ་དག་ནི་མ་ཡིན་ཅོ། །དེ་  
 མ་ཐག་པ་ཞེས་པ་ཡང་སྐད་ཅིག་གཞན་གྱིས་བར་ཆད་པ་མེད་པ་ནི་མ་ཡིན་གྱི་འོན་  
 ཀྱང་། རིགས་མཐུན་པའི་སེམས་གཞན་གྱི་བར་ཆད་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་སྦྱིད་  
 མོའི་ཚལ་ལ་སོགས་པ་གཞན་གྱིས་བར་ཆོད་ཀྱང་ཁང་པ་རིགས་མཐུན་གཞན་གྱིས་  
 མ་ཆོད་པ་ལ་བསམས་ནས་ལྟས་སྦྱིན་གྱི་ཁང་པའི་དེ་མ་ཐག་པ་ན་མ་ཆོད་སྦྱིན་གྱི་  
 ཁང་པ་ཡོད་ཅེས་སྒྲ་བ་ལྟ་བུའོ། །གཞན་དུ་སྟོམས་པར་འཇུག་པའི་སེམས་ནི་  
 སེམས་མེད་པའི་སྟོམ་འཇུག་ལས་ལངས་མ་ཐག་པའི་སེམས་ཀྱིས་དེ་མ་ཐག་པའི་  
 རྒྱུ་དུ་མི་འགྱུར་བར་རིགས་ན་དེ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལས་གཞན་པའི་དེ་མ་ཐག་  
 པའི་རྒྱུ་མ་དམིགས་པའི་བྱིར་རོ། །ཅིའི་བྱིར་འགགས་ནས་རིང་དུ་ལོན་པའི་  
 སེམས་སྒྲ་མ་ནི་སེམས་བྱི་མའི་རྒྱུ་དུ་འགྱུར་ཞེན། སྒྲ་མ་འགགས་པའི་སྟོབས་  
 ཀྱིས་བྱི་མ་སྦྱེ་བའི་གོ་རྟོན་པའི་བྱིར་སྒྲ་མ་འགགས་པ་ཡང་བྱི་མའི་རྒྱུ་དུ་འགྱུར་བ་  
 ཡིན་གྱི་གཞན་དུ་ན། སྒྲ་མ་འགགས་པར་བྱི་མ་སྦྱེ་བའི་གོ་མི་རྟོན་དེ། ཤེས་པ་རིགས་

སྤངས་པ་སོ་སོར་བརྟགས་པའི་འགོག་པས་བསྐྱས་པ་གང་ཡིན་པའོ། །དེ་ནི་འཕྲོ་བ་  
པར་བྱེད་པའི་བྱེད་རྒྱའི་འབྲས་བུ་ཡིན་གྱི་རྒྱ་གཞན་གྱི་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །

བྱེད་རྒྱ་དེས་ཀྱང་སྤངས་པ་དེ་ཕྱོད་པར་བྱས་པའི་ཕྱིར་དེའི་རྒྱ་ཡིན་གྱི་བྱེད་  
པར་གཞན་གྱི་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དངོས་པོར་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྒྱ་  
མཐུན་པའི་འབྲས་བུ་གང་ཞེན། རྒྱ་དང་རིགས་མཐུན་པའི་འབྲས་བུ་གང་ཡིན་པའོ། །དེ་ནི་  
སྐལ་མཉམ་དང་ཀུན་འགྲོའི་རྒྱ་ལས་སྐྱེའི་གཞན་རྣམས་ལས་མ་ཡིན་ནོ། །སྐྱེས་བུ་བྱེད་  
པའི་འབྲས་བུ་གང་ཞེན། རྒྱའི་རྩ་ལ་གྱིས་དྲངས་པའི་འབྲས་བུ་གང་ཡིན་པའོ། །དེ་ནི་  
བྱེད་རྒྱས་རབ་ཏུ་ཕྱེ་བ་ཡིན་ནོ། །བདག་པོའི་འབྲས་བུ་གང་ཞེན། རྒྱ་གང་གིས་དབང་སྐྱུར་  
བར་བྱ་བའི་འབྲས་བུའོ། །དེ་ནི་བདག་པོའི་རྒྱུན་གྱིས་རབ་ཏུ་ཕྱེ་བ་ཡིན་ནོ། །རྣམ་  
པར་སྒྲིན་པའི་འབྲས་བུ་གང་ཞེན། རྒྱ་དགེ་མི་དགེ་དང་རིགས་མི་འདྲ་བར་མ་  
སྐྱིབས་ལུང་མ་བསྐྱར་གྱི་རོ་བོར་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་སེམས་ཅན་དུ་བགྱང་བའོ། །དེ་  
ནི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་རྒྱས་རབ་ཏུ་ཕྱེ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་བྲལ་བའི་འབྲས་བུ་ནི་དུས་  
གྱིས་མ་བསྐྱས་སོ། །སྐྱེས་བུ་བྱེད་པ་དང་། བདག་པོའི་འབྲས་བུ་ནི་རྒྱ་དང་དུས་  
མཉམ་པ་ད་ལྟར་བ་ཡང་ཡོད། མི་མཉམ་པ་མ་འོངས་པ་ཡང་ཡོད་དོ། །རྒྱ་མཐུན་  
དང་། རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་འབྲས་བུ་ནི་རྒྱ་ལས་དུས་ཕྱིས་འབྱུང་བ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །ཐ་  
སྙད་པ་དང་ཡང་དག་པའི་རྒྱའི་རྒྱུན་མ་ལུས་པ་བཤད་ཅིན་ཏེ། །

ད་ནི་དེ་མ་ཐག་པའི་རྒྱུན་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ལ་སེམས་སྒྲ་མ་རྣམས་ནི།  
རང་དང་རིགས་མཐུན་པའི་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་ཆོས་མ་འོངས་པ་



པའི་ཕྱིར་རོ། །སྒྲོན་གོམས་པར་བྱས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་དང་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་  
 རྣམས་ནི། དེ་རྣམས་གོམས་པར་བྱས་པའི་སྒྲོབས་གྱིས། ཕྱི་མའི་མཐར་ཉོན་མོངས་  
 པ་དང་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་གཞན་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པ་དེ་རྣམས་གྱི།  
 བར་དུ་གཙོད་པའམ། ཀུན་དུ་འགྲོ་བའི་རྒྱ་ཡིན་ཏེ། གང་ཡང་སྤངས་ལས་འདས་  
 པའི་རྒྱད་ཐག་སྤྱིར་བར་བྱེད་པའི་རང་གི་འབྲས་བུ་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་རྒྱན་རྒྱས་  
 བར་བསྟན་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ནི་ཐར་པ་ཐོབ་པའི་བར་དུ་གཙོད་པའི་  
 འབྲས་བུ་འཕེལ་བར་བྱེད་པས་ཉེས་དམིགས་ཆེ་བའི་ཕྱིར་རྒྱས་པའི་རྒྱ་ལས་  
 འཇགས་སུ་རྣམ་པ་བཞག་གོ། །མི་དགེ་བ་དང་དགེ་བ་ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་ཆོས་  
 རྣམས་ནི། ཡོངས་སུ་འཛིན་པའམ། རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་རྒྱ་ཡིན་ཏེ། ཕྱི་མ་བདེ་འགྲོ་  
 འམ། རེ་འགྲོའི་རྣམ་སྒྲིན་གྱི་ལུས་ཡོངས་སུ་འཛིན་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དགེ་  
 བ་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་སྒྲོས་པ་ནི། ཟག་མེད་རྣམས་ནི་སྒྲེ་བ་དང་མི་མཐུན་པའི་  
 ཕྱིར་དང་། སྤེད་པའི་རྒྱན་དང་བུལ་བའི་ཕྱིར། རྒྱན་དང་བུལ་བའི་ས་བོན་དུང་པོ་  
 བཞིན་དུ་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་མི་འབྲེན་པ་ཡིན་ལ། ལུང་དུ་ས་བསྟན་པ་ནི་ས་བོན་རུལ་  
 བ་བཞིན་དུ་རང་བཞིན་གྱིས་མཐུ་རུང་བའི་ཕྱིར་རྣམ་སྒྲིན་འབྲེན་པའི་མཐུ་མེད་པ་  
 ཡིན་ལོ། །རྒྱ་དུག་པོ་དེ་དག་ལས་སྒྲེས་པའི་འབྲས་བུ་ཡང་ལྡ་སྒྲེ། བུལ་བའི་འབྲས་  
 བུ་དང་། རྒྱ་མཐུན་པའི་འབྲས་བུ་དང་། སྒྲེས་བུ་བྱེད་པའི་འབྲས་བུ་དང་། བདག་  
 པོའི་འབྲས་བུ་དང་། རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་འབྲས་བུའོ། །དེ་ལ་བུལ་བའི་འབྲས་བུ་  
 གང་ཞེ་ན། འཛིན་ཏེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་གྱིས་སྤང་བའི་ས་བོན་བཙོམ་པའི་

རྣམས་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། འབྱུང་གྱུར་གྱི་གཟུགས་རྣམས་ས་གཞན་དུ་འཕོས་ཀྱང་འབྱུང་  
བ་རྣམས་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འབྱུང་བ་དང་འབྱུང་འགྱུར་ནི་དཔེར་བརྗོད་པ་  
ཙམ་དུ་བྱད་གྱི་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱང་གང་ཡང་རུང་བ་  
གཅིག་མེད་ན་ཡང་མི་འབྱུང་བ་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་ན་ལྟན་ཅིག་  
འབྱུང་བའི་རྒྱར་འདུས་པས། མཆུངས་ལྟན་གྱི་རྒྱ་ལོགས་སུ་སྒྲིམ་པ་དོན་མེད་དོ་ཞེ་ན།  
ཉེས་པ་མེད་དེ། དམིགས་པ་རྟོགས་པ་ལ་ལན་ཚུན་ས་ཉེ་བར་སྒྱུར་བས་བྱེད་པ་  
ལྷག་པོ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

རྟོན་དང་དམིགས་པ་སོགས་མཆུངས་པའི་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་  
བའི་ཆོས་རྣམས་ནི། མཐུན་པར་རྟོགས་པའམ། མཆུངས་པར་ལྟན་པའི་རྒྱ་ཡིན་ཏེ།  
སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་ཆོས་གང་དག་གྲོགས་སུ་ཡོད་ན། གྲོགས་དང་  
གྲོགས་ཙམ་གཉིས་ཀས་དམིགས་པ་མཐུན་པར་རྟོགས་ལ། གང་ཡང་རུང་བ་  
གཅིག་མེད་ན་ཡང་རྟོགས་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྒྲིམ་གོམས་པར་བྱས་པའི་དད་  
པ་ལ་སོགས་པའི་དགེ་བ་རྣམས་དང་། འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་མི་དགེ་བ་  
རྣམས་དང་། བཟོ་དང་སྒྱུད་ལམ་ལ་སོགས་པའི་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པའི་ཆོས་གང་  
ཡིན་པ་དེ་རྣམས་ནི། དེ་དག་སྒྲིམས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཕྱི་མའི་མཐར་དགེ་བ་ལ་  
སོགས་པའི་ཆོས་རྣམས་གོང་ནས་གོང་དུ་རྒྱས་པ་དང་། དེའི་འོག་ཏུ་མཆོག་དུ་རྒྱས་  
པར་འབྱུང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་གི་རྒྱས་པའམ་སྒྲུབ་མཉམ་གྱི་རྒྱ་ཡིན་ཏེ། དགེ་  
སོགས་སུ་ཆོས་མཐུན་པའི་འབྲས་བུ་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་བྱེད་པའི་རྒྱ་ཡིན་

འགྲོ་བ་ལྔ་པོ་དག་གི་རིས་མཐུན་སོ་སོར་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་རྒྱུ་ལས་  
 སོ་སོ་བྱ་དད་པ་རྣམས་ནི། འགྲོ་བ་ལྔ་པོ་རང་བཞིན་སོ་སོར་རིས་པར་བྱེད་པའི་བྱེད་  
 རྒྱུ་ཡིན་ཏེ། དེ་རྣམས་རིས་སོ་སོར་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་བདག་པོའི་རྒྱུ་སྣ་ཚོགས་  
 པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །མིག་གི་དབང་པོ་མ་ཉམས་པ་དང་ཡུལ་གཟུགས་སྣ་བ་དང་།  
 ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ཡང་ཉེ་བར་གནས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
 བསྐྱེད་པ་ལ་ལྷན་ཅིག་བྱེད་པའི་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན་ཏེ་དེའི་རྒྱུ་མ་ལུས་པ་ཚོགས་པས་  
 རང་གི་འབྲས་བུ་འབྱུང་པར་བྱེད་པ་རྒྱུ་གཞན་ལ་མི་ལྟོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །སེར་བ་  
 ལ་སོགས་པ་ནི་ལོ་ཏྲོག་གི་མི་མཐུན་པའི་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན་ཏེ། དེ་འཕེལ་བའི་བར་ཆད་  
 བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །བར་ཆད་བྱེད་པའི་སེར་བ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་མེད་པར་གནས་  
 པ་ནི། ལོ་ཏྲོག་གི་མི་མཐུན་པ་མ་ཡིན་པའི་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན་ཏེ། ལོ་ཏྲོག་འཕེལ་བ་ལ་  
 བར་ཆད་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ས་ལ་སོགས་པའི་འབྱུང་བ་རྣམས་ནི་རང་དང་ལྷན་  
 ཅིག་པའི་འབྱུང་གྱུར་གྱི་གཟུགས་རྣམས་དང་། ཚོགས་པ་གཅིག་པའི་འབྱུང་བ་ནང་  
 བཅའ་ཚུན་གྱིས་ཀྱང་གྲོགས་སམ་ལྷན་ཅིག་འབྱུང་བའི་རྒྱུ་ཡིན་ཏེ། རང་དང་ལྷན་ཅིག་  
 པའི་འབྱུང་བ་དང་འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་པའི་ཆོས་གང་རང་དང་ལྷན་ཅིག་པའི་ས་ལ་  
 སོགས་པའི་འབྱུང་བ་གཞན་གྲོགས་སུ་ཡོད་ན་འབྱུང་གི་དེ་དག་ལས་གང་ཡང་རུང་  
 བ་གཅིག་གྲོགས་སུ་མེད་ན་ཡང་མི་འབྱུང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལ་འབྱུང་བ་  
 རྣམས་ཁོ་ན་རང་དང་ལྷན་ཅིག་པའི་འབྱུང་བ་དང་འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་པ་རྣམས་ཀྱི་  
 ལྷན་ཅིག་འབྱུང་བའི་རྒྱར་འབྱུང་བ་ཡིན་གྱི། འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་པའི་གཟུགས་



རྒྱུ་ཡིན་ཏེ། དེ་རྣམས་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱབ་བྱ་ཡང་དག་པར་ངེས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
སྤྲུམ་མི་དོན་ཡིན་ལ། ཕྱི་མ་ནི་སྐྱབ་དག་གི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ནོ། །འཕགས་པའི་  
ལམ་ནི་མྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་འཕྲོ་བ་པའི་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན་ཏེ། དེས་དེ་ཐོབ་པར་བྱེད་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །ལྷོ་ལྷིང་བ་ལ་སོགས་པ་དོན་རྣམས་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མཚན་  
མ་མཐོང་ཞིང་ཡོངས་སུ་གཏོད་པར་བྱེད་པའི་འདུ་ཤེས་དང་། དེའི་རྗེས་སུ་འབྱུང་  
བའི་བུམ་པ་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པའི་མིང་རྣམས་ནི། དོན་རྣམས་ལ་མིང་འདི་ཞེས་ཐ་  
སྟོང་འདོགས་པའི་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་མིང་གི་ཐ་སྟོང་རྗེས་སུ་  
འདོགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །བཀྲེས་པ་ནི། །ཁ་ཟས་ཀྱི་ལྷོས་པའི་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན་ཏེ། བཀྲེས་  
པ་ལ་ལྷོས་ནས་ཟས་དོན་དུ་གཉེར་བ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །མ་རིག་པ་ནི་ཆ་གིའི་  
འཕེན་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་ཡིན་ནོ། །དེའི་རྒྱུ་རིང་པོའི་རྒྱུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེའི་རྒྱུ་ལས་  
བྱུང་བ་གནས་སྐབས་གཅིག་ནས་གཅིག་དུ་རྒྱུད་དེ་འབྱུང་བ་འཕེན་པར་བྱེད་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །མ་རིག་པ་ནི་འདུ་བྱེད་རྣམས་ཀྱི་མདོན་པར་འབྲུབ་པའི་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན་ཏེ། དེ་  
མ་ཐག་དུ་འབྱུང་བའི་སྐྱེད་བྱེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞིང་དང་རྩ་ལུད་ལ་སོགས་པ་ས་  
བོན་དེ་ལས་གཞན་པའི་རྒྱུ་རྣམས་ནི་ལོ་ཏྲག་གི་ཡོངས་སུ་འཛིན་པའི་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན་ཏེ།  
དེ་རྣམས་ཀྱིས་ས་བོན་དེ། འབྲས་བུ་ལོ་ཏྲག་འབྱུང་བ་ལ་མཐུ་དང་ལྡན་པར་བྱས་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །རྒྱལ་པོ་སོགས་ལ་ལུས་དག་གི་སྤྱིད་ལྷུ་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲོ་  
ནས་ལེགས་པར་བརྟེན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་རྒྱལ་པོའི་ནང་མི་དང་འཁོར་དུ་རྒྱུད་པར་  
བྱེད་པའི་རྒྱུ་ཡིན་ཏེ། རྒྱལ་པོ་མཆིས་པར་བྱེད་པའི་མཐུན་པའི་རྒྱུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

འབྲས་བུ་མ་བྱུང་བ་འབྱུང་བར་བྱེད་པའི་རྒྱ་རྒྱེན་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ནི་འབྱུང་བའི་  
བྱེད་རྒྱར་མངོན་པར་བརྟག་པར་བྱའོ་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །ཟས་བཞི་ནི། སེམས་ཅན་  
འབྱུང་པོ་འགྲོ་བ་ལྔར་ཉིང་འཆ་མས་སྦྱར་བཞིན་པ་དང་། འབྱུང་པོ་ཆོལ་བ་བར་མ་  
དོའི་སྤྱིད་པར་གནས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནས་པའི་བྱེད་རྒྱ་ཡིན་ཏེ། དེ་རྣམས་སྦྱེས་  
བཞིན་པའི་རྒྱད་རྒྱན་མི་འཆད་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ས་ཆེན་པོ་ནི་རྒྱ་བ་དང་མི་རྒྱ་  
བའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་རྟེན་པའི་བྱེད་རྒྱ་ཡིན་ཏེ། དེ་རྣམས་འབྱར་དུ་ལྷུང་བའི་  
གོགས་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྒྲོན་མེ་ནི། ལུས་ཁུང་གི་གཟུགས་རྣམས་ཀྱི་གསལ་བའི་  
བྱེད་རྒྱ་ཡིན་ཏེ། རང་འཛིན་གཤམ་པའི་ཡུལ་དུ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །མེ་ནི་  
ལུང་གིང་གི་འགྱུར་བའི་བྱེད་རྒྱ་ཡིན་ཏེ། ལུང་གིང་གི་རིགས་རྒྱན་སོལ་བ་ལ་སོགས་  
པ་རྣམས་པ་གཞན་དུ་འགྱུར་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཐོར་བ་ནི་རྩ་བར་བྱ་བ་རྩ་དང་སོག་མ་ལ་སོགས་པའི་འབྲལ་བའི་བྱེད་རྒྱ་  
ཡིན་ཏེ། དེ་རྣམས་འབྲེལ་བ་གཉིས་སུ་གཙོད་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གསེར་མགར་  
ལ་སོགས་པ་བཟོའི་གནས་ལ་མཁས་པ་རྣམས་ནི། གསེར་དངུལ་ལ་སོགས་པའི་  
སྦྱར་བའི་བྱེད་རྒྱ་ཡིན་ཏེ། གསེར་སྦྱམ་ལ་སོགས་གདུ་བུ་དང་མགུལ་བརྒྱན་ལ་  
སོགས་པ་ཆ་གས་གཞན་དང་གཞན་དུ་སྦྱར་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དུ་བ་ནི་ལྷོག་ཏུ་  
གྱུར་བའི་མེའི་ཡིད་ཆེས་པའི་བྱེད་རྒྱ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལས་ལྷོག་གྱུར་གྱི་མེ་རྗེས་སུ་  
དཔོག་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དམ་བཅའ་དང་གཏན་ཆོགས་དང་། དཔེ་རྣམས་ནི།  
ཆོལ་བའི་འདོད་ཡུལ་དུ་བྱས་པའི་བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་པའི་ཡིད་ཆེས་པར་བྱེད་པའི་བྱེད་

པ་ནི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུ་རྐྱེན་ཡིན་ཅོ་ཞེས་རྒྱས་པར་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

དགེ་བའི་བག་ཆགས་ནི་སྤྱི་མཆོད་དུག་གི་བྱུང་པར་ཟག་པ་མེད་པའི་ས་  
བོན་ཏེ། དེ་ནི་ཟག་པ་མེད་པའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུ་རྐྱེན་ལྟར་གྱུར་པའི་རྒྱུ་རྐྱེན་པར་  
སྒྲུབ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །ཐ་སྙད་པའི་རྒྱ་རྐྱེན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས། ཡང་རྩོ་བོ་ཉིད།  
ཅེས་པ་ལ་སོགས་པ་སྟོན་ཏེ། རྩོ་བོ་ཉིད་ནི་རྒྱུ་ལོ། །རབ་རྟུང་བྱེ་བ་ནི་དེའི་རྣམ་པའི་  
རབ་རྟུང་བྱེ་བ་ལོ། །སྤྱོད་པ་ནི་ལྟན་ཅིག་འབྱུང་བའི་རྒྱུ་ལོ། །ཡང་དག་པར་ཆོག་པ་པ་ནི།  
མཆོངས་ལྟར་གྱི་རྒྱུ་ལོ། །རྒྱས་པ་ནི་སྒྲུབ་མཉམ་གྱི་རྒྱུ་ལོ། །རབ་རྟུང་སྟོན་པ་ནི་ཀྱན་  
འགྲོའི་རྒྱུ་ལོ། །ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་ནི་རྣམ་སྒྲིམ་གྱི་རྒྱུ་ལོ། །དེ་དག་རེ་རེ་ཞིང་རྒྱས་  
པར་བཤད་པ་ནི། རྩོ་བོ་ཉིད་ནི་བྱེད་རྒྱ་སྟེ། དེ་ནི་རྒྱུ་ལོ་རྩོ་བོ་ཉིད་དམ། རང་བཞིན་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་རྒྱ་རྟག་མ་རྣམས་ཀྱང་བྱེད་རྒྱུ་ལོ་རང་བཞིན་ཡིན་ཡང་།  
དེ་དག་རྟུ་མ་འདུས་པའི་བྱེད་རྒྱ་རྣམས་ལོགས་སུ་རྣམ་པར་བཞག་པའི་ཕྱིར་བྱེད་རྒྱ་  
ལོགས་སུ་བསྟན་པ་ཡིན་ཅོ། །བྱེད་རྒྱུ་དེའི་རབ་རྟུང་བྱེ་བ་ནི། འབྱུང་གནས་ཉིན་  
གསལ་འགྱུར་འབྲལ་སྒྱུར། །ཡིད་ཆེས་ཡིད་ཆེས་བྱེད་དང་འབྲོབ། །ཐ་སྙད་སྟོན་  
དང་འཕེན་པ་འགྱུབ། །ཡོངས་འཛིན་རྒྱུ་བྱེད་སོ་སོར་ངེས། །ལྟན་ཅིག་བྱེད་དང་  
མི་མཐུན་མཐུན། །བྱེད་རྒྱ་ཉི་ཤུ་ཉི་ཤུ་པར་མཆོན། །ཞེས་པ་སྟོན་གྱི་ཆོག་པ་སུ་བཅད་  
པ་ལོ། །དེ་ལ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཆོག་པ་དུག་གི་རྒྱ་རྐྱེན་གྱི་ཆོག་པ་པ་ཡུལ་དབང་ཡིད་  
བྱེད་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ནི། འབྱུང་བའི་བྱེད་རྒྱ་ཡིན་ཏེ། འབྲས་བུ་རྣམ་ཤེས་ལ་  
བྱུང་བ་འབྱུང་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དཔེར་ན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤྱོད་པ་འདིས་ནི་



པའི་དབང་པོ་ལ་བརྟེན་པའི་ཕྱིར་བདག་པོའི་རྒྱུན་ལས་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །ཐམས་  
 ཅད་ལས་ཐམས་ཅད་སྐྱེ་བར་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རང་གི་རྒྱུའི་རྒྱུན་ལས་སྐྱེ་བ་ཡིན་ནོ། །  
 གཟུགས་ཅན་རྣམས་ནི་རྒྱ་དང་། བདག་པོའི་རྒྱུན་གཉིས་ལས་སྐྱེ་བ་ཡིན་ལ། མི་  
 ལྟན་པའི་འདུ་བྱེད་རྣམས་ལ་ནི་རྒྱུའི་རྒྱུན་ལེགས་པ་མེད་ཀྱི་འོན་ཀྱང་བདག་པོའི་  
 རྒྱུན་ཅམ་ལས་སྐྱེ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་རྒྱུན་བཞི་པོ་སྐྱེར་རྣམ་པར་བཞག་ནས། དེ་  
 དག་སོ་སོའི་ངོ་བོ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་བཞི་ལས་དང་པོ་རྒྱུའི་རྒྱུན་ལ། གཉིས་  
 ལས་ཡང་དག་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་དང་། ཐ་སྙད་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་གཉིས་ལས་དང་པོའི་དབང་  
 ཏུ་བྱས་ནས། ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་། དག་པོའི་བག་ཆགས་སོ་ཞེས་  
 སྒྲོས་དེ། གོ་རིམ་བཞིན་དུ་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་དང་། ཟག་པ་མེད་པའི་ཆོས་  
 རྣམས་ཀྱི་རྒྱུའི་རྒྱུན་ཡིན་ནོ། །ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཉིས་དེ། རྣམ་པར་  
 སྒྲིན་པ་དང་། མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་ལས་བྱུང་བའོ། །དེ་ལ་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་ནི་སྐྱེ་  
 བས་ཐོས་པའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུའི་རྒྱུན་ནོ། །

མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་ཆེ་  
 འདིའི་འཇུག་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་མཉམ་དུ་འབྱུང་བའི་བག་ཆགས་སྒྲོས་པར་  
 རིག་པར་བྱའོ། །ཞེས་འགྲེལ་བ་ལས་འཆད་ཀྱང་། རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་རང་བཞིན་  
 ནི་ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པ་མཐར་ཐུག་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་པས་ཆོས་  
 གཞན་གང་གི་ཡང་རྒྱུའི་རྒྱུན་མི་བྱེད་ཀྱི་འོན་ཀྱང་སྐྱེ་བས་ཐོབ་པ་དང་སྐྱེར་བ་ལས་  
 བྱུང་བའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བདག་པོའི་རྒྱུན་ཅམ་བྱེད་དོ། །ས་བོན་གྱི་ཆ་གང་ཡིན་

དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་གྱི་ས་བོན་ཡོད་ལ་ས་བོན་དེ་ཡང་ས་བོན་དང་ལྡན་པའི་གཞི་  
 དེ་དང་དེ་ལས་དེ་ཉིད་དང་གཞན་གང་དུ་ཡང་བརྗོད་དུ་མེད་པའི་ཕྱིར་ན། རིགས་མི་  
 མཐུན་པ་རྒྱ་འབྲས་སུ་བྲལ་བའི་སྒྲིན་ཡང་མེད་དོ། །དེ་ལྟ་བུའི་ས་བོན་ནི་གཟུགས་  
 དང་སེམས་དང་། སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུའི་རྒྱུན་ཡིན་ནོ། །རྒྱལ་དེ་ཡང་  
 ཀྱན་གཞི་རྣམ་པར་མ་བཞག་པའི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ཏེ། རི་སྐད་དུ། ས་བོན་  
 རྣམ་པར་བཞག་པའི་རྒྱལ་འདི་ནི་ཀྱན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམ་པར་མ་བཞག་  
 པ་ལ་རིག་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

ཀྱན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམ་པར་བཞག་ན་ནི། དེ་ཉིད་ཆོས་ཀྱན་གྱི་  
 རྒྱུའི་རྒྱུན་ཡིན་ཏེ། ཡང་གསུངས་པ། རྣམ་པར་བཞག་ན་ནི་དེ་ལ་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
 ས་བོན་ཡོད་པར་རིག་པར་བྱ་སྟེ། ཞེས་པ་ལྟར་རོ། །རྒྱལ་འདི་ནི་གཞུང་དུ་འཆད་དོ། །  
 ཅིའི་ཕྱིར་རྒྱུན་ལྡག་མ་གསུམ་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པའི་ཐབས་ཅམ་ཡིན་ཞེ་ན། ས་བོན་  
 གྱིས་རང་གི་འབྲས་བུ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་གྲོགས་ཅམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །བསྐྱེད་པར་  
 བྱེད་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། རིགས་མི་མཐུན་པ་རྒྱ་འབྲས་སུ་མི་རུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །རྒྱུན་  
 བཞི་པོ་དེ་དག་ལས་འབྲས་བུ་གང་ཞིག་རྒྱུན་དུ་ཞིག་ལས་འབྱུང་ཞེ་ན། སེམས་དང་  
 སེམས་ལས་བྱུང་བའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ནི་རྒྱུན་བཞི་ལས་འབྱུང་ཏེ། འདི་ལྟར། དེ་  
 དག་ནི་ཡུལ་རིག་པས་རབ་དུ་བྱེ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དམིགས་པའི་རྒྱུན་ལས་སྐྱེ་བ་  
 ཡིན་ནོ། །རིགས་མཐུན་གཉིས་རྒྱུད་གཅིག་ལ་གཅིག་ཆར་སྐྱེ་བའི་གོ་སྐབ་མེད་པའི་  
 ཕྱིར། མཚུངས་པ་དེ་མ་ཐག་པའི་རྒྱུན་ལས་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །རང་དང་ལྡན་ཅིག་

ཡང་དག་པར་འབྲས་བུ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་ཡང་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ།  
 ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམ་པར་མ་བཞག་པ་དང་། རྣམ་པར་བཞག་པའི་  
 དབང་དུ་བྱས་པའོ། །དང་པོའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་རྣམ་པར་གཏན་ལ་དབབ་པ་བསྡུ་  
 བར། དེ་ལ་རྒྱའི་རྒྱུན་གང་ཞེ་ན། དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་རྟེན་དང་བཅས་པ་གང་  
 ཡིན་པ་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པ་གང་ཡིན་པ་འདི་གཉིས་ནི་མདོར་ན་ས་བོན་ཐམས་  
 ཅད་པ་ཞེས་བྱའོ། །དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་དང་ལྡན་པ་དེ་ནི་དབང་པོའི་གཟུགས་  
 ཅན་དེ་དག་དང་། དེ་ལས་གཞན་པའི་ཚོས་གཟུགས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ས་བོན་ཡང་  
 ཡིན་ཅོ། །སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་ཚོས་ཐམས་ཅད་ཁོ་ནའི་ས་བོན་ཡང་  
 ཡིན་ཅོ། །རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་ལྡན་པ་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་པ་  
 དེའི་ས་བོན་ཡང་ཡིན་ལ། དེ་ལས་གཞན་པའི་ཚོས་གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པ་རྣམས་  
 དང་། དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ས་བོན་ཡང་ཡིན་ཅོ། །འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་མ་  
 གཏོགས་པ། དེ་ལས་གཞན་པའི་ཚོས་གཟུགས་ཅན་རྣམས་ནི་རང་གི་ས་བོན་དང་  
 ལྡན་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཁོ་ན་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ། །འབྱུང་བ་ཆེན་པོའི་གཟུགས་ནི་  
 ས་བོན་གཉིས་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ཏེ། འབྱུང་བ་ཆེན་པོའི་ས་བོན་དང་། རྒྱུ་བྱས་  
 པའི་གཟུགས་ཀྱི་ས་བོན་དང་ངོ་། །དེ་ལྟར་ན་ཇི་སྐད་ཡོངས་སུ་སྒྲགས་པའི་ཚོས་  
 རྣམས་ལ་དེ་ལྟར་ས་བོན་གྱི་རྒྱ་དང་ལྡན་པ་ཅི་རིགས་པ་རྣམ་པར་བཞག་པ་གང་  
 ཡིན་པ་དེ་ནི་རྒྱའི་རྒྱུན་ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་གང་གསུངས་པ་ལྟར་ཏེ། མདོར་བསྡུས་ན།  
 དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་རྣམས་ལ་ཡང་སེམས་ཀྱི་ས་བོན་ཡོད་ལ། སེམས་ལ་ཡང་



འབྱུང་བས་དེ་ནི་ལྷན་ཅིག་བྱེད་པའི་རྒྱུ་ཡིན་ལོ། །

དེའི་ཕྱིར་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ནི་འབྲས་བུ་སྦྱེད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། ཉེ་བར་ལེན་པ་  
ཡང་ཡིན་ལོ། །ལྷག་མ་གསུམ་ནི་འབྲས་བུ་སྦྱེ་བའི་ཐབས་ཅམ་ཡིན་ལ། ལྷན་ཅིག་  
བྱེད་པའི་རྒྱུ་ཀྱང་ཡིན་ལོ། །སྦྱེད་པར་བྱེད་པ་ནི་རྒྱུ་རྒྱུ་ནི་ཞེས་བཤད་པ་དེ་ལ།  
སྦྱེད་པར་བྱེད་པ་ནི་གཉིས་ཏེ། ཐ་སྙད་པ་དང་ཡང་དག་པའོ། །དང་པོ་ནི་རྒྱ་རྒྱག་ཏེ།  
འདི་ལྟར། བྱེད་རྒྱ་དང་། ལྷན་ཅིག་འབྱུང་བའི་རྒྱ་དང་། མཚུངས་ལྷན་གྱི་རྒྱ་དང་།  
སྐལ་མཉམ་གྱི་རྒྱ་དང་། ཀྱན་དུ་འགྲོ་བའི་རྒྱ་དང་། རྣམ་པར་སྤྲོན་པའི་རྒྱ་རྣམས་སོ། །  
དེ་ལ་རྒྱ་དང་པོས་ནི་འབྲས་བུ་ད་ལྟར་བ་དང་། མ་འོངས་པ་གཉིས་ཀ་ལ་བྱ་བ་བྱེད་  
དོ། །ལྷན་ཅིག་འབྱུང་བ་དང་། མཚུངས་པར་ལྷན་པའི་རྒྱ་གཉིས་ཀྱིས་ནི་ད་ལྟར་བ་  
ཁོ་ན་ལ་བྱ་བ་བྱེད་དོ། །ལྷག་མ་གསུམ་གྱིས་ནི། མ་འོངས་པ་ཁོ་ན་ལ་བྱ་བ་བྱེད་དོ། །  
འདི་རྣམས་ནི་ཐ་སྙད་ཅམ་དུ་སྦྱེད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་གྱི་ཡང་དག་པར་ནི་མ་ཡིན་ཏེ།  
འབྲས་བུ་རྣམས་ནི་རང་གི་ས་བོན་གང་ཡིན་པ་ལས་སྦྱེ་བར་རིགས་པའི་ཕྱིར་ཏེ།  
གཞན་དུ་ན། རིགས་མི་མཐུན་པ་རྒྱ་འབྲས་སུ་མི་རུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བས་ན་རྒྱ་  
རྒྱག་པོ་འདི་དག་ཀྱང་ཡང་དག་པར་འབྲས་བུ་སྦྱེ་བའི་ཐབས་ཅམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
རྒྱུ་ལྷག་མ་གསུམ་གྱི་ནང་དུ་ཅི་རིགས་པར་འདུ་བ་ཡིན་ལོ། །

དེ་ལ་བྱེད་རྒྱ་ནི། རྒྱུ་གསུམ་ཀས་བསྐྱས་སོ། །ལྷན་ཅིག་འབྱུང་བ་དང་  
མཚུངས་ལྷན་རྣམ་སྤྲོན་གྱི་རྒྱ་ནི། བདག་པོའི་རྒྱུ་གྱིས་བསྐྱས་སོ། །ལྷག་མ་གཉིས་ནི།  
བདག་པོ་དང་དེ་མ་ཐག་པའི་རྒྱུ་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱས་སོ། །

པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་ན་དང་པོ་ནི་མ་རིག་པ་ལ་སོགས་པ་རྒྱ་འགོག་པའི་ཐབས་ལ་  
 རྟོག་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ་གཉིས་པ་ནི་རྒྱ་ཤི་ལ་སོགས་པ་འབྲས་བུ་འགགས་པའི་ངོ་  
 བོ་ལ་དཔྱེད་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ལམ་དང་འགོག་པ་ལ་དཔྱེད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་བྱ་བར་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱའོ། །

བདུན་པ་རྒྱུན་སོགས་བཅུ་གཅིག་དུ་བསྟན་པའི་དང་པོ་ལ་དོན་གསུམ་  
 གྱིས་བསྟན་པ་ནི། རྣམ་པར་བསྟན་ལ་དབབ་པ་བསྟུ་བ་ལས། དེ་ལ་འདུ་བྱེད་  
 རྣམས་ཀྱི་རྒྱ་ནི་གང་། རྒྱུན་ནི་གང་ཞེན་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་འདུ་བྱེད་རྣམས་  
 འབྱུང་བའི་རྒྱུན་ནི། བཞི་པོ་འདི་དག་ཡིན་པར་གསུངས་ཏེ། རྒྱའི་རྒྱུན་དང་།  
 མཚུངས་པ་དེ་མ་ཐག་པའི་རྒྱུན་དང་། དམིགས་པའི་རྒྱུན་དང་། བདག་པོའི་རྒྱུན་ནོ། །  
 དེ་ལ་རྒྱའི་རྒྱུན་ནི་རྒྱ་ཡང་ཡིན་རྒྱུན་ཡང་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་གཞན་པའི་རྒྱུན་གསུམ་པོ་  
 དག་ནི་རྒྱུན་ཁོ་ན་ཡིན་གྱི་རྒྱ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། རྒྱའི་རྒྱུན་ལ་  
 སོགས་པ་བཞི་ནོ། །ཐམས་ཅད་ཀྱང་རྒྱུན་ཡིན་ཏེ། འདུས་མ་བྱས་ཀྱང་རྟོག་པ་འགའ་  
 ཞིག་གི་དམིགས་པའི་རྒྱུན་དུ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །འདུ་བྱེད་རྣམས་འབྱུང་བའི་རྒྱ་  
 དང་རྒྱུན་ཆོས་ཅམ་དུ་ཤེས་པ་ན། འདུ་བྱེད་ཀྱི་ཆོས་རྣམས། བདག་གི་རྒྱ་ལས་བྱུང་  
 བར་མངོན་པར་ཞེན་པ་སྤོང་ངོ་། །དེ་ལ་རྒྱའི་དོན་ནི་གང་རྒྱུན་གྱི་དོན་ནི་གང་ཞེན།  
 འབྲས་བུ་སྟེད་པར་བྱེད་པ་ནི་རྒྱ་ཡིན་ལ། འབྲས་བུ་སྟེ་བའི་ཐབས་སུ་བྱུང་པ་ནི་རྒྱུན་  
 ཡིན་ནོ། །དང་པོ་ནི་བྱུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་ཡིན་པས་འབྲས་བུའི་ཉེ་བར་ལེན་པ་  
 ཡིན་ལ་གཉིས་པ་ནི་རིགས་མི་མཐུན་པའི་འབྲས་བུ་དུ་མའི་བྱུན་མོང་གི་རྒྱུན་དུ་

པའི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ། ལྷགས་དང་མི་མཐུན་པ་བསྟན་པར་རིག་པར་བྱའོ་ཞེས་  
འཆད་བྱང་། འཐད་པར་མ་མཐོང་ངོ་། །རྣམ་པར་བྱང་བ་ལྷགས་དང་མཐུན་པ་ནི་  
འདི་ཡིན་ཏེ། མ་རིག་པ་འགགས་པས་འདུ་བྱེད་རྣམས་འགག་ཞེས་པ་ནས། སྐྱེ་བ་  
འགགས་པས་རྒྱུ་གྱེད་འགགས་ཞེས་པའི་བར་རོ། །ལྷགས་དང་མི་མཐུན་པ་ནི་འདི་  
ཡིན་ཏེ། གང་མེད་ན་རྒྱུ་གྱེད་མི་འབྱུང་། གང་འགགས་པས་རྒྱུ་གྱེད་འགག་ །སྐྱེ་བ་མེད་  
ན་རྒྱུ་གྱེད་མི་འབྱུང་། སྐྱེ་བ་འགགས་པས་རྒྱུ་གྱེད་འགག་ཅེས་པ་ནས། མ་རིག་པ་མེད་  
ན་འདུ་བྱེད་མི་འབྱུང་། མ་རིག་པ་འགགས་པས་འདུ་བྱེད་འགག་ཅེས་པའི་བར་རོ། །

ཅིའི་སྦྱར་རྣམ་པར་བྱང་བ་ལྷགས་དང་མཐུན་པ་དང་ལྷགས་དང་མི་མཐུན་  
པ་གཉིས་བསྟན་ཞེ་ན། འགོག་པ་དང་ལམ་གྱི་བདེན་པའི་ཚུལ་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱ་  
བའི་སྦྱར་ཏེ། འདི་ལྟར་རྣམ་པར་བྱང་བའི་ཆོས་མ་ལུས་པ་ནི་འགོག་པ་དང་ལམ་གྱི་  
བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་བསྟུན་ལ། དེ་ཡང་ལམ་གྱི་བདེན་པའི་ཚུལ་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱ་  
བའི་སྦྱར་རྣམ་པར་བྱང་བ་ལྷགས་དང་མཐུན་པ་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། རིམ་པ་འདིས་  
མ་རིག་པ་འགགས་པས་འདུ་བྱེད་ལ་སོགས་པའི་ཡན་ལག་ལྷག་མ་རྣམས་མ་ལུས་  
པར་འགགས་པར་བསྟན་ལ། མ་རིག་པ་འགོག་བྱེད་ཀྱི་གཉིན་པོ་ཡང་རིག་པ་ཡེ་  
ཤེས་ལམ་བདེན་གྱི་ངོ་བོ་ཡིན་པའི་སྦྱར་རོ། །འགོག་པའི་བདེན་པའི་ཚུལ་ཁོང་དུ་  
ཆུད་པར་བྱ་བའི་སྦྱར་རྣམ་པར་བྱང་བ་ལྷགས་དང་མི་མཐུན་པ་རྣམ་པར་བཞག་པ་  
བསྟན་ཏེ། རྒྱུ་གྱེད་སྦྱག་བསྟུལ་གྱི་བདེན་པ་འགགས་པའི་རང་བཞིན་ལ་དབྱེད་པར་  
བྱེད་པའི་སྦྱར་དང་། འགོག་པ་ཡང་སྦྱག་བསྟུལ་འགགས་པས་རབ་དུ་སྐྱེ་བ་ཡིན་



ལུགས་དང་མི་མཐུན་པ་གཉིས་བསྒྲམ་པར་བྱེད་ཅེ་ན། ཀུན་འབྱུང་བ་དང་སྤྲུག་  
བསྐྱལ་གྱི་བདེན་པའི་ཚུལ་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དེ། འདི་ལྟར་ཀུན་ནས་  
ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་ནི། ཀུན་འབྱུང་བ་དང་སྤྲུག་བསྐྱལ་གྱི་བདེན་པའི་ཚུལ་  
ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དེ། འདི་ལྟར་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་ནི།  
སྤྲུག་བསྐྱལ་དང་ཀུན་འབྱུང་གི་བདེན་པ་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱས་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་ཀུན་  
འབྱུང་གི་བདེན་པའི་ཚུལ་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་  
ལུགས་དང་མཐུན་པར་བསྒྲམ་པ་བསྟན་དེ། མ་རིག་པ་དང་འདུ་བྱེད་ནི་ལས་དང་  
ཉོན་མོངས་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། དེ་གཉིས་ཡན་ལག་གཞན་རྣམས་  
གྱི་ཐོག་མའི་རྒྱར་བསྟན་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྤྲུག་བསྐྱལ་གྱི་བདེན་པའི་ཚུལ་ཁོང་དུ་ཆུད་  
པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ནི། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ལུགས་དང་མི་མཐུན་པར་སྒྲམ་པའི་  
ཚུལ་བསྟན་དེ། རྩེ་བ་དང་རྒྱ་གི་ནི་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པའི་འབྲས་བུ་ཡོངས་སུ་  
སྒྲིན་པ་མཐར་ཐུག་པ་ཡིན་པས་སྤྲུག་བསྐྱལ་གྱི་བདེན་པས་རབ་ཏུ་བྱེ་བའི་ཕྱིར་རོ། །

རྣལ་འབྱོར་སྦྱོང་པའི་ས་ལས་ཀྱང་། ཅིའི་ཕྱིར་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་  
བ་རྒྱ་གི་ནས་བཟུང་ནས། ལུགས་ལས་བསྒྲེག་པའི་གོ་རིམ་དུ་བསྟན་ཅེ་ན། བདེན་  
པའི་ཚུལ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་དེ། འདི་ལྟར་རྩེ་བ་དང་རྒྱ་གི་ནི། སྤྲུག་བསྐྱལ་གྱི་  
བདེན་པས་རབ་ཏུ་བྱེ་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གང་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་དོན་དུ་  
བསམས་ནས། འགྲེལ་པ་ལས་རྒྱ་གི་དང་། རྒྱ་གི་ཀུན་འབྱུང་བ་དང་རྒྱ་གི་འགོག་པ་  
དང་། རྒྱ་གི་འགོག་པར་འགྲོ་བའི་ལམ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། བདེན་པ་རྣམ་པར་བཞག་

ལོ། །དེ་ལ་ཡང་ཕྱི་ལོ་ཉོག་འབྱུང་བ་དང་། འཇིག་པ་དང་ཆགས་པའི་རབ་ཏུ་དབྱེ་  
བ་ནི་སྒོ་དུ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པའོ། །ལྷག་མ་རྣམས་ནང་སེམས་ཅན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་  
པའོ། །དེ་ལྟར་ན་ཚུལ་འདིས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བའི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་རྒྱ་  
ཆེར་རྟོགས་པར་བྱའོ། །

བཅུ་བ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བའི་བསྒྲམ་ཚུལ་ནི། སྤང་བྱ་ལའོར་  
བར་འཇུག་པའི་རིམ་པ་བདེ་སྒྲག་ཏུ་རྟོགས་པའི་ཆེད་དུ་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་སྟེ་  
རིམ་དང་རྩེས་སུ་མཐུན་པར་བསྒྲམས་པ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ལྷགས་མཐུན་  
དང་ལྷགས་མི་མཐུན་དུ་བསྒྲམ་པ་དང་སྤང་བྱ་ལའོར་བ་ལྷོག་པའི་ཚུལ་བདེ་སྒྲག་ཏུ་  
རྟོགས་པའི་ཆེད་དུ། ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་འགག་པའི་རིམ་པ་དང་རྩེས་སུ་མཐུན་  
པར་བསྒྲམ་པ་རྣམས་པར་བྱང་བ་ལྷགས་མཐུན་དང་། ལྷགས་མི་མཐུན་དུ་བསྒྲམ་པ་  
གཉིས་གྱིས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བ་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྒྲམ་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཅོ། །  
དེ་ལ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ལྷགས་དང་མཐུན་པ་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ་མ་རིག་པའི་རྒྱུ་  
གྱིས་འདུ་བྱེད་རྣམས་ཞེས་བྱ་བ་ནས་སྟེ་བའི་རྒྱུ་གྱིས་ཀ་གི་ཞེས་པའི་བར་སྟེ།  
ཐོག་མར་སྟེ་བའི་རིམ་པ་ལྟར་མ་འཆོལ་བར་བསྟན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ལྷགས་དང་མི་  
མཐུན་པར་བསྒྲམ་པ་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། ཀ་གི་གང་ལས་བྱུང་སྟེ་བ་ལས་སོ། །ཞེས་པ་  
ནས། འདུ་བྱེད་གང་ལས་བྱུང་མ་རིག་པ་ལས་སོ་ཞེས་པའི་བར་ཏེ། ཐ་མར་འབྱུང་  
བ་གང་ཡིན་པ་ནི་ཐོག་མར་དབྱེད་ལ་ཐོག་མར་འབྱུང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཐ་མར་  
དབྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ལྷགས་དང་མཐུན་པ་དང་

ཤེས་པ་འབྱུང་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པའོ། །འཆི་འཕོ་དང་སྐྱེ་བའི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་ནི་  
སེམས་ཅན་གྱི་འཇིག་རྟེན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཏེ། མ་རིག་པའི་རྟེན་གྱིས་འདུ་བྱེད་  
ཞེས་པ་ལ་སོགས་པའོ། །ཕྱིའི་ལོ་རྟག་འབྱུང་བའི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་ནི་ས་བོན་ལ་བརྟེན་  
ནས་སྐྱུ་གུ་དང་། དེ་ལས་སྣོང་བུ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་སྐྱུ་གུ་དང་། འདབ་མ་དང་། མེ་  
རྟག་དང་འབྲས་བུ་ལ་སོགས་སྒྲ་མ་ལས་སྤྱི་མ་འབྱུང་བའོ། །འཇིག་པ་དང་ཆགས་  
པའི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་ནི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་བྱན་མོང་གི་ལས་ལ་  
བརྟེན་ནས་ས་ཆེན་པོ་སོགས་འབྱུང་བ་དང་འཇིག་པའོ། །ཟས་ཀྱིས་བརྟེན་པའི་  
རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་ནི་ཟས་བཞི་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་ཅན་རྣམས་ཁམས་  
གསུམ་དུ་གནས་པའོ། །འདོད་པ་དང་མི་འདོད་པའི་འགྲོ་བ་འབྱེད་པའི་རྟེན་  
འབྲེལ་གྱི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་ནི། ལེགས་པར་སྦྱོང་བ་དང་ཉེས་པར་སྦྱོང་བ་ལ་བརྟེན་  
ནས་བདེ་འགྲོ་དང་རན་འགྲོར་སྐྱེ་བའོ། །རྣམ་པར་དག་པའི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རབ་ཏུ་  
དབྱེ་བ་ནི། ཐར་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ངེས་པར་འབྱེད་པའི་ཆ་དང་  
མཐུན་པ་འབྱུང་བ་སོགས་ལམ་སྒྲ་མ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱི་མ་འབྱུང་བ་སོགས་གཞན་  
གྱི་སྒྲ་ལས་རྩྱལ་བཞིན་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་། དེ་ལས་ཡང་དག་པའི་ལྷ་བ་དང་། དེ་  
ལས་ཟག་པ་ཟད་པ་འབྱུང་བ་ལ་སོགས་སོ། །མཐུ་སྟོབས་ཀྱི་རབ་དབྱེ་བ་ནི།  
བསམ་གཏན་ལ་བརྟེན་ནས་མངོན་པར་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་བྱེད་པར་  
ཅན་རྣམས་འབྱུང་བའོ། །དེ་ལྟར་ན་ཐ་མ་གཉིས་ནི་རྣམ་བྱང་གི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རབ་  
ཏུ་དབྱེ་བའོ། །ལྷག་མ་རྣམས་ནི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་ཕྱོགས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་





བཞིས། རྒྱ་ལས་འབྲས་བུ་འབྱུང་བའི་ཚུ་པ་ཤིན་དུ་རྟོགས་པར་དཀའ་བའི་ཕྱིར་རོ། །  
 ཡང་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ནི་རྣམ་པ་གཞན་གྱི་སྒྲོ་ནས་ཀྱང་ཟབ་པར་ལྷ་སྟེ།  
 འདི་ལྟར་རང་གི་ངོ་བོ་སྒྲུད་ཅིག་ཀྱང་མི་གནས་ལ། རྒྱན་གནས་པར་ཡང་དམིགས་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །སྒྲོ་སྒྲོན་དུ་གཏོང་བའི་གཡོ་བ་མེད་པའི་རྒྱུན་ལས་བྱུང་བ་ཡང་ཡིན་ལ།  
 རྟེན་སྒྲུ་མཐུན་པའི་འབྲས་བུ་སྒྲུད་པའི་རྣམ་པ་དང་ལྡན་པའི་རྒྱུན་ལས་རྒྱ་དང་རྟེན་  
 སྒྲུ་མཐུན་པའི་འབྲས་བུ་འབྱུང་བར་ཡང་དམིགས་པའི་ཕྱིར་དང་། རོན་དམ་པར་  
 སེམས་ཅན་རྣམ་པ་དག་མེད་པ་ཡང་ཡིན་ལ་ཐ་སྒྲུད་དུ་སེམས་ཅན་དུ་གདགས་པ་  
 ཡང་དམིགས་པའི་ཕྱིར་དང་། ལས་བྱེད་པ་པོ་འགའ་ཡང་མེད་ལ། བྱས་པའི་ལས་  
 རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་འབྲས་བུ་ཆུད་མི་ཟ་ཞིང་སོ་སོར་སྤྱོད་བར་ཡང་དམིགས་  
 པའི་ཕྱིར་དང་། མཐའ་བཞི་དང་བྲལ་བའི་རྒྱ་རྒྱུན་ལས་སྒྲེ་བ་དེའི་ཕྱིར་ཟབ་པར་  
 ལྟོལ། །

ཅིའི་ཕྱིར་མཐའ་བཞི་དང་བྲལ་བ་ཡིན་ཞེས། རྟེན་འབྲེལ་རྣམས་བདག་  
 གིས་བྱས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རང་ཉིད་རང་ལ་བྱེད་པ་འགལ་བའི་ཕྱིར་དང་། རང་ལས་  
 སྒྲེ་ན་རྣམ་ཡང་མི་སྒྲེ་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། རྒྱ་དང་རྒྱུན་གཞན་ལ་མི་ལྟོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 གཞན་ལས་སྒྲེ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། རིགས་མི་མཐུན་པ་རྒྱ་འབྲས་སྒྲུ་མི་རུང་བའི་ཕྱིར་དང་།  
 རིགས་མཐུན་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་རྣམས་ནི་གཞན་དུ་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རིགས་མི་  
 མཐུན་པའི་རྒྱ་ལས་འབྲས་བུ་འབྱུང་ན་རྒྱ་ཤེལ་ལས་ཀྱང་མི་འབྱུང་བར་ཉ་ཅང་ཐལ་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་ཀ་ལས་ཀྱང་མ་ཡིན་ཏེ། ཉེས་པ་གཉིས་ཀར་དུ་ཐལ་བར་

ནམས་ལ་འདི་སྐྱེད་པར་བྱའོ་སྙམ་པའི་བློའི་གཡོ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཐེར་ཟུག་ཏུ་  
 མི་གནས་པར་མཐར་མི་རྟག་ཅིང་འཇིག་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྐྱེས་པའི་དུས་ལས་ཕ་རོལ་  
 དུ་མི་གནས་པས་སྐད་ཅིག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྒྱའི་སྐད་ཅིག་འགག་པ་དང་དུས་  
 མ་ཉམ་དུ་འབྲས་བུའི་སྐད་ཅིག་འབྱུང་བ་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་རྒྱད་རྒྱན་མི་འཆད་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །ཐམས་ཅད་ལས་ཐམས་ཅད་མི་འབྱུང་གི། །རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་རྗེས་སུ་  
 མཐུན་པར་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །རྒྱ་གཅིག་དང་དུ་མ་ལས་འབྲས་བུའི་ནམ་པ་  
 གཅིག་དང་དུ་མ་འབྱུང་བས་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་སྣ་ཚྭ་གས་པའི་ཕྱིར་རོ། །མི་མཐུན་  
 པའི་རྒྱ་ལས་མི་མཐུན་པའི་འབྲས་བུ་མི་འབྱུང་བས་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་སོ་སོར་ངེས་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །

བརྒྱད་པ་དོན་དེ་དག་གིས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བ་ཟབ་པར་བསྟན་  
 པ་ནི། ཕྱི་དང་ནང་གི་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བ་འདི་དག་ནི་རྒྱས་ཟབ་པ་ཡིན་ཏེ།  
 བྱེད་པ་པོ་མེད་པ་དང་། རྒྱ་དང་བཅས་པའི་དོན་གཉིས་ཀྱིས་རྒྱ་མེད་པ་དང་། མི་  
 མཐུན་པའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ་སྤངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་ཟབ་པ་  
 ཡིན་ཏེ། སེམས་ཅན་མེད་པའི་དོན་གྱིས་བདག་མེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྐྱེ་བས་  
 ཟབ་པ་ཡིན་ཏེ། གཞན་གྱི་དབང་དང་། གཡོ་བ་མེད་པའི་དོན་གཉིས་ཀྱིས། རྒྱེན་  
 ནམས་ལས་འབྲས་བུ་འབྱུང་ཡང་དེ་དག་གིས་མ་བྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གནས་པས་  
 ཟབ་པ་ཡིན་ཏེ། མི་རྟག་པ་དང་། སྐད་ཅིག་མའི་དོན་གཉིས་ཀྱིས་གནས་པ་མེད་  
 བཞིན་དུ་གནས་པ་ལྟར་སྒྲུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །འབྱུང་བས་ཟབ་པ་ཡིན་ཏེ། དོན་ལྟག་མ་



བག་ཆགས་ཅི་རིགས་པ་ཡིན་པ་དང་། འབྲེལ་དུ་ལུས་སེམས་གདུང་བར་བྱེད་པ་  
 དང་མ་འོངས་པ་ན་རྣམ་སྒྲིན་འབྱེན་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ལས་ཀྱི་ཀུན་ནས་ཉོན་  
 མོངས་པ་ཡིན་ནོ། །འདུ་བྱེད་ལས་ཀྱི་ངོ་བོ་དང་སྤྲིད་པ་ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་བྱུང་  
 བར་བ་ཡིན་པས་ལས་སུ་འབྲད་ཀྱང་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལས་སུ་ཅི་ལྟར་འགྱུར་ཞེ་ན།  
 ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་ཅན་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་འདིར་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ཡན་ལག་ཡིན་  
 ལ་དེ་ཡང་ལས་ཀྱིས་རབ་དུ་བྱེ་བའི་ཕྱིར་རོ། །ལྷག་མ་རྣམས་ནི་ཀུན་ནས་ཉོན་  
 མོངས་པ་དང་པོ་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་ངོ་བོ་ཡིན་པས། དེའི་ཕྱིར་ཆེད་ཀུན་  
 ནས་ཉོན་མོངས་པ་ཞེས་བྱའོ། །འཕགས་པ་རྒྱ་སྐྱབ་ཞབས་ཀྱིས། དང་པོ་བརྒྱད་པ་  
 དགུ་ཉོན་མོངས། །གཉིས་པ་བཅུ་པ་ལས་ཡིན་ཏེ། །ལྷག་མ་བདུན་པོ་ནི་སྤྱག་  
 བསྐལ་ལོ། །ཞེས་ཀྱང་གསུངས་སོ། །དེ་དག་ནི་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བ་ཆ་  
 གསུམ་པ་ཞེས་ཀྱང་བྱ། ལམ་གསུམ་པ་ཞེས་ཀྱང་བྱའོ། །

བདུན་པ་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་སྒྲ་དོན་ལ། ཕྱི་ནང་གི་འབྲས་བུ་འདི་རྣམས་ནི་  
 རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བ་ཞེས་པའི་སྒྲའི་བརྗོད་པར་བྱ་བའི་དོན་ཡིན་ཏེ།  
 དབང་ཕྱག་ལ་སོགས་པའི་བྱེད་པ་པོ་མེད་པར་གཡོ་བ་མེད་པའི་རྒྱུན་ཙམ་ལས་བྱུང་  
 བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ། རྒྱ་མེད་དུ་བྱུང་བ་མ་ཡིན་པར་མ་རིག་པ་ལ་སོགས་པ་  
 རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་རྒྱ་དང་རྒྱུན་དུ་བཅས་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །རང་ཉིད་  
 སེམས་ཅན་རྣམ་བཤད་གི་ངོ་བོར་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྒྱུན་གཞན་གྱི་དབང་དུ་གྱུར་  
 པ་ཁོ་ན་ཡིན་གྱི་རང་དབང་ཅན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །རང་སྦྱེད་པར་བྱེད་པའི་རྒྱུན་

བའི་རྒྱུ་ཡང་ཡིན་ཏེ། དེ་ལས་རིས་མཐུན་གཞན་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །སྒྲིབ་ཅི་ཁྱེ་  
 རྒྱུ་དང་ཐུག་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུ་གྱིས་ཀྱང་འབྱུང་ན། ཅིའི་ཕྱིར་སྤྱོད་པ་རྒྱུ་ཁོ་ནར་  
 བསྟན་ཅེ་ན། སྤྱོད་པ་ཡོད་ན་དེ་ལས་གཞན་པའི་སྒྲིབ་པའི་རྒྱུ་རྣམས་ཆོད་བར་ཡོད་  
 བར་འགྱུར་བས་དེ་ཉིད་རྒྱུ་གྱི་གཙོ་བོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྒྲིབ་ཅི་མིང་གཟུགས་  
 རས་ཆོད་བའི་བར་རྣམས་རིམ་གྱིས་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུ་ལ་མངོན་བར་  
 འགྱུར་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་རྣམས་རིམ་གྱིས་འགྱུར་བའི་གནས་སྐབས་དེ་ཉིད་  
 ལ་སྒྲིབ་ཅིས་ཐ་སྟོད་དུ་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཀླུ་མའི་རྒྱུ་ཡང་ཡིན་ཏེ། དེ་  
 ཉིད་གནས་སྐབས་གཞན་དུ་འགྱུར་བ་དང་འཇིག་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཀླུ་མི་དུས་དང་  
 ཡང་བ་མ་སྤངས་བ་དང་། བ་རོལ་གྱི་གཞོན་པ་སོགས་ལས་ཀྱང་འབྱུང་བར་  
 དམིགས་ན། ཅིའི་ཕྱིར་སྒྲིབ་ཅི་རྒྱུ་དུ་བརྒྱུད་ཅེ་ན། རྒྱུ་དེ་དག་གི་རྩ་བ་ཡང་སྒྲིབ་  
 བ་ཡིན་ལ་རྒྱུ་དེ་དག་མེད་དུ་ཟེན་ཀྱང་ཀླུ་མི་སྒྲིབ་པ་ལས་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཀླུ་  
 མི་ཡང་དང་ཡང་ན་ཆོད་འགྱུར་བ་དང་། ཐོག་འགྱུར་བ་ལ་སེམས་ཅན་སྒྱུར་བར་  
 བྱེད་དེ། དར་ལ་བབ་པ་སོགས་དང་། ཆོ་རྣམ་པར་འཇིག་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །

དུག་པ་ཡན་ལག་རྣམས་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་གསུམ་བཅུ་བ་ནི། མ་  
 རིག་པ་དང་སྤྱོད་པ་དང་། ལེན་པ་རྣམས་ནི། སེམས་རབ་རྒྱུ་མ་ཞི་བར་བྱེད་པ་དང་  
 རང་དང་གཞན་གསུང་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཉོན་མོངས་པའི་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་  
 ཡིན་ནོ། །འདུ་བྱེད་དང་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་སྤྱོད་པ་གསུམ་ནི་ལས་ཀྱི་ངོ་བོ་དང་

བ་བཞིན་དུ་མ་ཤེས་པས་དེ་ལས་སེམས་བསྐྱེད་པར་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྤྱིང་པ་  
 བྱི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་མ་འོངས་པའི་སྐྱེ་བ་འདྲན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། དེས་ཆེ་  
 གཞན་གྱི་སྐྱེ་བ་རྒྱན་མི་འཆད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ལེན་པའི་རྒྱུན་ཡང་ཡིན་ཏེ། རོ་མུང་  
 བར་འདོད་པའི་སྒྲོ་ནས་འདོད་པ་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་རྣམས་ལ་འདུན་ཅིང་ཆགས་  
 བ་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་རོ། །ལེན་པའི་བག་ལ་ཉལ་མ་སྤངས་པ་དང་། དེ་དང་མཐུན་པའི་  
 ཆོས་རྣམས་ལས་ཀྱང་ལེན་པ་འབྱུང་བ་ཡིན་ན་ཅིའི་ཕྱིར། སྤྱིང་པ་ཁོ་ན་རྒྱུན་ཡིན་ཞེ་ན།  
 འདོད་པར་སྐྱེ་གནས་ཆོལ་བར་བྱེད་པ་ན་བག་ལ་ཉལ་ཡང་སད་པར་བྱེད་ལ། དེ་  
 དང་མཐུན་པའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱང་འདྲན་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ལེན་པ་ནི་ཡང་སྤྱིང་  
 བ་ལེན་པའི་ཕྱིར་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡང་སྤྱིང་ཉེ་བར་ལེན་པའི་  
 རྣམ་པ་དང་བཅས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་ཅན་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་  
 པ་དེ་ཉིད་དམུལ་བ་ལ་སོགས་པའི་འགྲོ་བ་བྱེ་བྲག་ཅན་དུ་ཉིང་འཆམས་སྒྲུབ་པར་  
 བྱེད་པའི་བག་ཆགས་ངེས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྤྱིང་པའི་རྒྱུན་ཡང་ཡིན་ཏེ།  
 དེས་གསོས་བཏབ་པའི་ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་དེ་ཉིད་སྐྱེ་བ་སྤྱིང་པ་ལ་མངོན་དུ་  
 བྱེགས་པའི་སྤྱིང་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྤྱིང་པ་ནི་མ་རིག་པའི་རྒྱུན་ལས་ཀྱང་འབྱུང་  
 ན་ཅིའི་ཕྱིར་ལེན་པ་ཁོ་ན་རྒྱུན་ཡིན་ཞེ་ན། ལེན་པའི་སྒྲོ་བས་ཀྱིས་ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་  
 དེ་ཉིད་ལ་སྐྱེ་བའི་གནས་དེ་དང་དེར་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་མིང་ག་བྲགས་རྣམས་  
 འདྲན་པའི་མཐུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྤྱིང་པ་ནི་ཡང་སྤྱིང་པར་སེམས་ཅན་རྣམས་སྐྱེ་  
 བ་ལ་མངོན་པར་བྱེགས་པར་བྱེད་དོ། །དེ་མ་ཐག་དུ་འགྲོ་བ་གཞན་འདྲན་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྐྱེ་



གཞན་གཉིས་པོ་བསྐྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། །རིག་པ་ནི་ཡུལ་གྱི་ལོངས་སྤྱོད་ལ་སེམས་  
 ཅན་རྣམས་འཇུང་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། དེའི་སྒྲོ་ནས་བདེ་བ་སྤྱོད་བར་འགྱུར་བ་  
 སོགས་ཡུལ་རྣམས་ལ་ལོངས་སྤྱོད་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཆོར་བའི་རྒྱུན་ཡང་ཡིན་ཏེ།  
 རིག་པས་བདེ་སོགས་སྤྱོད་བར་འགྱུར་བའི་ཡུལ་ལོངས་སུ་བཅད་པ་ན་བདེ་སོགས་  
 སྤྱོད་བའི་ཆོར་བ་གདོན་མི་ཟ་བར་སྒྲེ་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཆོར་བ་ནི་རང་དང་གཞན་གྱི་  
 རྩལ་བ་དང་དུས་ཚིགས་འགྱུར་བ་དང་སྒྲོན་གྱི་ལས་ཀྱིས་དངས་པ་སོགས་ལས་ཀྱང་  
 འབྱུང་བར་དམིགས་ན། ཅིའི་ཕྱིར་རིག་པའི་རྒྱུན་ཅན་དུ་བརྗོད་ཅི་ན། རིག་པ་ནི་  
 ཀྱན་ནས་ཉི་བའི་རྒྱ་ཡིན་པ་དང་། རྒྱུན་གཞན་རྣམས་འདྲེན་པ་ཡང་རིག་པ་ཡིན་པ་  
 དང་། རིག་པ་ཡོད་ན་ཆོར་བ་འབྱུང་ལ་རིག་པ་མེད་ན་མི་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཆོར་  
 བ་ནི་སྒྲེ་བའི་ལོངས་སྤྱོད་ལ་སེམས་ཅན་རྣམས་འཇུང་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་  
 ཉེན་ནས་བསོད་ནམས་ལ་སོགས་པའི་ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་  
 བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྒྲིག་པའི་རྒྱུན་ཡང་ཡིན་ཏེ། དེ་དང་ཕྱད་པར་འདོད་པ་དང་  
 འབྲལ་བར་འདོད་པ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲོ་ནས་སྤྱོད་པ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །

སྤྱོད་པ་ནི་མ་རིག་པ་དང་། དེ་དང་མཐུན་པའི་ཡུལ་གྱི་རྒྱུན་ལས་ཀྱང་  
 འབྱུང་བར་གསུངས་ན་ཅིའི་ཕྱིར་ཆོར་བ་རྒྱུན་ཁོ་ནར་བརྗོད་ཅི་ན། ཆོར་བའི་དབང་  
 གིས་ཡུལ་དང་ཕྱད་ཅིང་མི་འབྲལ་བར་འདོད་པ་འབྱུང་བ་དང་། དེ་དང་འབྲུན་པའི་  
 ཡུལ་ལ་ཡང་གཏི་མུག་འབའ་ཞིག་གི་དབང་གིས། ཆོར་བ་དེ་དག་འབྱུང་བ་དང་།  
 རྒྱུ་བར་འགྱུར་བ་དང་སྐྱུག་བསྐྱལ་གྱི་རང་བཞིན་ལ་སོགས་པར་ཡང་དག་པ་ཐི་ལྟ་

དབང་གིས་མའི་མངལ་དུ་མིང་ག་བྱགས་སྤར་མེད་གསར་དུ་འགྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
ཁམས་དུག་ལ་རྟེན་ནས་མའི་མངལ་དུ་འཆགས་པ་ཡིན་ན་ཅིའི་ཕྱིར་རྣམ་པར་ཤེས་  
པའི་ལས་ཁོན་བརྗོད་ཅེ་ན། རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཁམས་ཡོད་ན་མའི་མངལ་དུ་ཁྱ་བ་  
དང་ཁྱག་གི་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་དང་། མངལ་གྱི་སྐྱབས་མ་ཆང་བ་མེད་པས་རྣམ་པར་  
ཤེས་པའི་ཁམས་གཙོ་བོར་ངེས་པ་དང་། སྐྱེ་གནས་དང་སྤྱིད་པ་ཐམས་ཅད་དུ་སྐྱེ་  
བའི་སྐྱབས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

མིང་དང་ག་བྱགས་ནི། སེམས་ཅན་རྣམས་ལུས་ལེན་དུ་འཇུག་པར་བྱེད་པ་  
ཡིན་ཏེ། དེ་གྲུབ་ན་སེམས་ཅན་རྣམས་ངེས་མཐུན་གཞན་ལ་བརྟེན་པར་འགྱུར་བའི་  
ཕྱིར་རོ། །སྐྱེ་མཆེད་དུག་གི་རྒྱུན་ཡང་ཡིན་ཏེ་དེ་དག་འཕེལ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་མིག་  
ལ་སོགས་པའི་སྐྱེ་མཆེད་རྣམས་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །སྐྱེ་མཆེད་དུག་ནི་ཁ་བཙས་ཀྱི་  
རྒྱུན་ལས་ཀྱང་བྱུང་བ་ཡིན་ན། ཅིའི་ཕྱིར་མིང་ག་བྱགས་ཁོན་དེའི་རྒྱུན་དུ་བརྗོད་ཅེ་ན།  
མིང་ག་བྱགས་ནི་དེ་སྐྱེད་པའི་རྒྱ་ཡིན་ལ། ཁ་བཙས་ནི་སྐྱེས་ཟེན་གནས་པ་དང་རྟེན་  
པའི་རྒྱ་ཙམ་དུ་བྱད་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྐྱེ་མཆེད་དུག་ནི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལུས་རྫོགས་  
པར་ལེན་དུ་འཇུག་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་གྲུབ་ན་དབང་པོ་གཞན་མ་ཆང་བ་  
མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རིག་པའི་རྒྱུན་ཡང་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ཡོད་ན་གདོན་མི་བྱ་བར་རིག་  
པ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །རིག་པ་ནི་གསུམ་འདུས་པའི་རྒྱུན་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ན།  
ཅིའི་ཕྱིར་སྐྱེ་མཆེད་དུག་ཁོན་དེའི་རྒྱུན་དུ་བརྗོད་ཅེ་ན། སྐྱེ་མཆེད་དུག་ཡོད་ན་དེ་  
ལས་གཞན་པ་གཉིས་ཆང་བར་འགྱུར་བས། དེ་གཙོ་བོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། དེས་

གིས་བདེ་འགྲོ་དང་ངན་འགྲོ་ལ་སོགས་པ་སྣ་ཚོགས་པ་འགྲུབ་པའི་ཕྱིར། རྣམ་པར་  
ཤེས་པའི་བག་ཆགས་ཀྱི་རྒྱུན་ཡང་ཡིན་ཏེ། མིང་དང་གཟུགས་སོགས་འགྲུབ་  
འགྲུར་གྱི་ས་བོན་གོས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་མིང་གཟུགས་  
ཀྱི་རྒྱུན་ལས་བྱུང་བ་ཡང་ཡིན་ན་ཅིའི་ཕྱིར་འདུ་བྱེད་ཁོ་ན་དེའི་རྒྱུན་དུ་བརྗོད་ཅི་ན།  
བསོད་ནམས་ལ་སོགས་པའི་འདུ་བྱེད་རྣམས་ཀྱིས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཀྱན་ནས་ཉོན་  
མོངས་པ་ཅན་དུ་བྱེད་པ་དང་། ཡང་སྤྲིད་པར་འཕེན་པར་བྱེད་པ་དང་། མངོན་པར་  
འགྲུབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། མིང་གཟུགས་ནི་རྟེན་པ་དང་། དམིགས་པའི་ཚུལ་  
ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི་རྒྱུན་ཙམ་དུ་བྱད་པའི་ཕྱིར་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ནོ། །

རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་སེམས་ཅན་གྱི་ཡང་སྤྲིད་པ་འགྲུབ་པའི་ལས་ཀྱི་བག་  
ཆགས་ཀྱི་འཆིང་བ་འཛིན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། འདུ་བྱེད་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲོས་པའི་  
བག་ཆགས་འཛིན་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །མིང་དང་གཟུགས་ཀྱི་རྒྱུན་ཡང་ཡིན་ཏེ།  
དེ་མའི་མངལ་དུ་ཞུགས་པ་ལས་མིང་གཟུགས་འཕེལ་བར་འགྲུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །  
མིང་དང་གཟུགས་ནི་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་རྣམས་དང་། རིག་པ་རྒྱུར་བྱས་པ་ཡིན་ན་  
ཅིའི་ཕྱིར་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཁོ་ན་དེའི་རྒྱུན་དུ་བསྟན་ཞེ་ན། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་དེ་  
གསལ་དུ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་ཡིན་ལ། འབྱུང་བ་རྣམས་དང་རིག་པ་ནི་སྐྱེས་ཟིན་  
དང་། སྐྱེ་བའི་ཆེ་གནས་པའི་རྒྱ་འབའ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅིའི་ཕྱིར་རྣམ་པར་  
ཤེས་པ་མིང་གཟུགས་གསལ་དུ་སྐྱེད་བྱེད་ཡིན་ཞེ་ན། བར་སྤྲིད་ནས་སྐྱེ་བའི་སྤྲིད་པ་  
ཉིད་འཆམས་སྐྱོར་བ་འབྲེལ་བར་བྱེད་པ་ནི་ཀྱན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡིན་ལ། དེའི་



གྲིད་པ་ལ་སེམས་ཅན་རྣམས་སྒོངས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། དེས་སྒྲིབས་པ་རྣམས་  
 གྱིས་སྒོན་གྱི་མཐའ་དང་བྱི་མའི་མཐའ་དང་བར་རྣམས་ཡང་དག་པ་རི་ལྟ་བུ་བཞུགས་  
 དུ་མི་ཤེས་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་ཡང་འདིར་ལྟར། བདག་འདས་པའི་དུས་ན་བྱུང་བ་  
 ཞིག་གམ་འོན་ཏེ་མ་བྱུང་སྐུམ་པ་ལ་སོགས་པར་གེ་ཚེས་དུ་འགྱུར་བའི་བྱིར་རོ། །  
 འདུ་བྱེད་རྣམས་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པར་བྱེད་པའི་རྒྱུན་ཡང་ཡིན་ཏེ། དེའི་དབང་  
 གིས་ཡང་གྲིད་འགྱུར་བྱེད་གྱི་ལས་སོགས་པར་བྱེད་པའི་བྱིར་རོ། །ཅིའི་བྱིར་བསོད་  
 རྣམས་དང་མི་གཡོ་བའི་ལས་ནི་ཤེས་རབ་གྱིས་སོ་སོར་བརྟགས་ཏེ་བསྒྲུབས་པ་མ་  
 ཡིན་ནམ་ཅི་ལྟར་ན་མ་རིག་པ་ལས་བྱུང་ཞེ་ན། དེའི་དུས་ཀྱི་ཀུན་སྒྲོང་གཏི་མུག་  
 མེད་པ་ལ་སོགས་པ་དག་བའི་རྩ་བ་དང་ལྷན་ཡང་རྒྱུའི་དུས་ཀྱི་ཀུན་སྒྲོང་དེ་ཁོ་ནའི་  
 རོན་ལ་སྒོངས་པའི་མ་རིག་པའི་དབང་གིས་ཡང་གྲིད་འབྱེན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་  
 བྱིར་རོ། །འདོད་ཆགས་དང་ཞེ་སྤང་དང་གཏི་མུག་གསུམ་ཀ་ལས་ཀྱི་གཞི་གསུངས་  
 ན་ཅིའི་བྱིར་གཏི་མུག་ཁོ་ན་ལས་ཀྱི་གཞིར་བཞག་ཅི་ན། འདོད་ཆགས་དང་ཞེ་སྤང་  
 ནི་བསོད་རྣམས་མ་ཡིན་པའི་ལས་ཁོ་ནའི་གཞི་ཡིན་ལ། མ་རིག་པ་ནི་ལས་གསུམ་  
 ཀའི་གཞི་ཡིན་པས་དེའི་བྱིར་མ་རིག་པ་ཉིད་ལས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཞི་ཡིན་ནོ། །  
 རྟེན་འབྲེལ་གྱི་མདོ་འབྲེལ་ལས་ཀྱང་། འདུ་བྱེད་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུན་ཉིད་དུ། མ་རིག་  
 བསྟན་པ་རྣམས་གཉིས་ཏེ། །ཉོན་མོངས་གཞན་ལྟར་སྤྱིའི་རྒྱུན། །དེ་མེད་པ་ནི་གཙོ་  
 བོའི་རྒྱུན། །ཞེས་གང་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །འདུ་བྱེད་རྣམས་ནི་འགྲོ་བ་རྣམས་སུ་  
 སེམས་ཅན་དག་རིས་སོ་སོར་རྣམ་པར་འབྱེད་པར་བྱེད་དེ། ལས་སོ་སོའི་དབང་

རྒྱུ་ཕྱེད་དེ། མ་རིག་པའི་ཤུགས་ཀྱི་འདུ་ཕྱེད་ཕྱི་མ་རྣམས་རྒྱུ་ཆགས་སུ་འབྱུང་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །དམིགས་པའི་རྒྱུ་ཕྱེད་དེ། རྩོམ་པའི་དུས་སུ་མཆོག་ལ་སོགས་པ་  
 རྩོམ་པའི་མ་ཡིན་པར་ཡིད་ལ་བྱེད་པས་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །བདག་པོའི་རྒྱུ་  
 ཕྱེད་ཏེ། དེའི་དབང་གིས་དེ་དང་ལྷན་ཅིག་འབྱུང་བའི་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་  
 བ་རྣམས་དམིགས་པ་ལ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཡང་འདུ་ཕྱེད་  
 གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་གྱི་གཟུགས་ཅན་རྣམས་ལ་  
 དམིགས་པ་དང་དེ་མ་ཐག་པའི་རྒྱུ་མ་གཏོགས་པ་ཅི་རིགས་པར་སྐྱར་གིང་། ཡན་  
 ལག་ལྷག་མ་རྣམས་ལ་ཡང་ཅི་རིགས་པར་སྐྱར་བར་བྱའོ། །རྣལ་འབྱོར་སྦྱོང་བའི་ས་  
 ལ་སོགས་པ་གཞུང་གསུམ་པོ་འདི་དག་དུ་རྒྱུ་གྱི་རྣམ་པར་བཞག་པའི་རྩལ་མི་འདྲ་  
 བ་དེ་དག་ཅི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། འགལ་བ་མེད་ཏེ། ཡན་ལག་སྟེ་མ་རྣམས་ཕྱི་མའི་  
 བདག་པོའི་རྒྱུ་དུ་ངེས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་ཐེག་བསྐྱེས་སུ་བདག་པོའི་རྒྱུ་ཁོ་  
 ཅར་བཤད་ལ། རྒྱུ་གཞན་གྱི་བྱ་བ་ཡང་བྱེད་པ་སྤྱོད་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་འདི་  
 དང་རྣལ་འབྱོར་སྦྱོང་བའི་སར་རྒྱུ་གསུམ་དང་བཞིར་བཞག་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་  
 རོན་དམ་པའི་རྒྱ་རྒྱུ་ཀྱན་གཞིའི་ས་བོན་ཁོ་ན་ཡིན་པས་དེ་ལ་བསམས་ནས་རྣལ་  
 འབྱོར་སྦྱོང་བའི་སར་རྒྱུ་རྒྱུ་ཕྱི་ཕྱེད་པར་གསུངས་གིང་། བ་སྟོན་པའི་རྒྱ་རྒྱུ་ནི་  
 ཕྱེད་རྒྱ་འགའ་ཞིག་ལ་ཡང་རུང་བས་དེ་ཙམ་ལ་བསམས་ནས་འདིར་རྒྱུ་རྒྱུ་དུ་  
 རྣམ་པར་བཞག་པ་ཡིན་གྱི་འདིའི་རྒྱ་རྒྱུ་ནི། ཡང་དག་པའི་རྒྱུ་རྒྱུ་མ་ཡིན་ཅོ། །

ལྷ་པ་ཡན་ལག་རྣམས་ཀྱི་བྱེད་ལས་རྣམ་པར་བཞག་པ་ནི། མ་རིག་པ་ནི་

རྣམས་ལ་ནི། དེ་མ་ཐག་པ་དང་། དམིགས་པ་དང་། བདག་པོའི་རྒྱུ་གསུམ་པོ་ཁོ་  
 མས་རྒྱུ་དུ་འགྱུར་རོ། །ཡན་ལག་ལྷན་མ་རྣམས་ལ་ནི་ཅི་རིགས་པར་རྒྱུ་དུ་  
 འགྱུར་བར་ལྷ་བར་བྱ་སྟེ། གཟུགས་ཅན་རྣམས་ནི། གཟུགས་ཅན་རྣམས་ལ་བདག་  
 པོའི་རྒྱུ་གཅིག་གིས་སོ། །གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པ་རྣམས་ལ་ནི་དམིགས་པའི་རྒྱུ་  
 དང་། བདག་པོའི་རྒྱུ་དང་གཉིས་ཀྱིས་སོ། །གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པ་རྣམས་ནི།  
 གཟུགས་ཅན་རྣམས་ལ་གཅིག་ཕུ་ཁོ་ནས་སོ། །གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པ་རྣམས་ནི།  
 གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པ་རྣམས་ལ་དེ་མ་ཐག་པ་དང་། དམིགས་པ་དང་། བདག་  
 པོའི་རྒྱུ་དང་གསུམ་གྱིས་སོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཡན་ལག་འདི་རྣམས་རྒྱུའི་རྒྱུ་གྱིས་རྒྱུ་  
 དུ་མི་འགྱུར་ཞེ་ན། རྒྱུའི་རྒྱུ་ནི་རང་གི་ས་བོན་གྱིས་ཕྱེ་བའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་རྒྱུའི་  
 རྒྱུ་གྱིས་རྒྱུ་དུ་མི་འགྱུར་ན། ཅིའི་ཕྱིར་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བ་རྒྱ་དང་  
 འབྲས་བུའི་རྩྭ་ལ་དུ་བསྟན་ཞེ་ན། བདག་པོའི་རྒྱུ་གྱིས་བསྐྱས་པ་འདྲེན་པའི་རྒྱ་དང་།  
 འཕེན་པའི་རྒྱ་དང་། མཛོན་པར་འགྲུབ་པའི་རྒྱུའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཞེས་གསུངས་ཤིང་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་བསྐྱས་པར། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་  
 འབྱུང་བ་གཉིས་པ་ལ་ཅིའི་རྒྱུ་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱ་ཞེ་ན། བདག་པོའི་རྒྱུ་ཏེ།  
 ཞེས་གསུངས་ལ། འདིར་ནི། ཡན་ལག་ལྷན་མ་རྣམས་ཀྱིས་ཕྱེ་མ་ལ་ཅི་རིགས་པར་  
 རྒྱུ་བཞི་བྱེད་པར་གསུངས་ཏེ། འདི་ལྟར། མ་རིག་པ་ནི་འདུ་བྱེད་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུའི་  
 རྒྱུ་ཡིན་ཏེ། མ་རིག་པའི་བག་ཆགས་སྒྲིམ་པའི་སེམས་རྒྱུད་ལས་བྱུང་བའི་འདུ་  
 བྱེད་རྣམས་ཀྱིས་ཡང་སྤྱིད་པ་མཛོན་པར་འདུ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་མ་ཐག་པའི་



སྒྲིམ་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་རྒྱ་འབྲས་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་ན་རྒྱ་འབྲས་ཚར་གཉིས་སུ་ངེས་པ་ཡིན་ནོ། །ཅིའི་ཕྱིར་སྤྱོད་ལེན་  
སོགས་འཕེན་བྱེད་ཀྱི་ཡན་ལག་མ་ཡིན་ཞེ་ན། ལས་སོགས་པའི་དུས་ན་མ་སྒྲིམ་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅིའི་ཕྱིར་སྒྲིམ་བ་དང་རྒྱ་ཤི་འཕངས་པའི་ཡན་ལག་མ་ཡིན་ཞེ་ན་དེ་  
དག་ནི་མིང་གཟུགས་སོགས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ཅམ་ཡིན་པས་དེ་དག་ལ་སོགས་སུ་  
སྒྲིམ་བ་དང་རྒྱ་ཤིའི་ས་བོན་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅིའི་ཕྱིར་མ་རིག་པ་སོགས་མངོན་  
པར་འགྱུར་བྱེད་ཀྱི་ཡན་ལག་མ་ཡིན་ཞེ་ན། འབྲས་བུ་མངོན་པར་འགྱུར་པའི་དུས་  
ན་དེ་དག་འགགས་ནས་ཉེ་བར་མི་གནས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅིའི་ཕྱིར་མིང་གཟུགས་  
སོགས་མངོན་པར་འགྱུར་པའི་འབྲས་བུ་མ་ཡིན་ཞེ་ན། མིང་གཟུགས་སོགས་  
མངོན་པར་གསལ་བའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཉེས་དམིགས་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ལ་  
མངོན་པར་གྱུར་པའི་འབྲས་བུ་ཞེས་འདོགས་པ་ཡིན་ལ། མིང་གཟུགས་སོགས་ནི་  
གང་ལ་ཉེས་དམིགས་དེ་དང་ལྡན་པའི་གཞི་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་དག་ཀྱང་ཉེན་  
འབྲེལ་གྱི་མདོ་འབྲེལ་ལས། གང་གིས་འཕེན་དང་རྗེ་ལྟར་གང་། །དེ་གྱུར་བྱེད་པ་དེ་  
ལ་ཡང་། །ཉེས་དམིགས་གང་ཡིན་དེ་དག་རྣམས། །ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་རྣམས་  
ཀྱིས་བསྟན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

བཞི་པ་ཡན་ལག་རྒྱུན་དུ་རྣམ་པར་བཞག་པ་ནི། རྣལ་འབྱོར་སྤྱོད་པའི་  
སར། རྒྱུན་དུ་ཞིག་གིས་མ་རིག་པ་འདྲ་བྱེད་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུན་དུ་འགྱུར་ཞེ་ན། གཟུགས་  
ཅན་རྣམས་ལ་ནི་བདག་པོའི་རྒྱུན་གྱིས་རྒྱུན་དུ་འགྱུར་རོ། །གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པ་

འབྲས་བུའི་དུས་ན་གང་གིས་མངོན་པར་འགྲུབ་པར་བྱེད་པའི་ཡན་ལག་དང་། གང་  
མངོན་པར་གྲུབ་པའི་ཡན་ལག་གོ། །དེ་ལ་འཕེན་པར་བྱེད་པའི་ཡན་ལག་ནི་མ་རིག་པ་  
ལ་སོགས་པ་གསུམ་སྟེ། མ་རིག་པ་ལ་བརྟེན་ནས་འདུ་བྱེད་གྱིས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
ལ་མིང་ག་བྱགས་སྟེ་ངེས་གྱི་བག་ཆགས་སྟོས་པའི་ཚུལ་གྱིས་འཕེན་པར་བྱེད་དོ། །  
འཕངས་པའི་ཡན་ལག་ནི། མིང་ག་བྱགས་ནས་ཚོར་བའི་བར་ཏེ། འདི་རྣམས་ནི་  
འཕེན་བྱེད་འདུ་བྱེད་གྱི་ལས་དེའི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
འདི་རྣམས་འགྲུབ་འགྱུར་གྱི་ས་བོན་ཀུན་གཞི་ལ་གང་གིས་བཏབ་པ་ནི་འཕངས་པའི་  
དོན་ཡིན་ནོ། །

མངོན་པར་འགྲུབ་པར་བྱེད་པའི་ཡན་ལག་ནི་སྟེང་པ་ལ་སོགས་པ་གསུམ་སྟེ།  
སྟེང་པ་ལ་བརྟེན་ནས། ཉེ་བར་ལེན་པས་ལས་གྱི་བག་ཆགས་ཡང་སྟོང་སྟོང་པ་ལ་  
མངོན་པར་སྟོགས་པས་སྟོང་པར་བྱས་པའི་ཚུལ་གྱིས་མངོན་པར་འགྲུབ་པར་བྱེད་དོ། །  
མངོན་པར་གྲུབ་པའི་ཡན་ལག་ནི། སྟེ་བ་དང་རྒྱུ་སྟེ། ཇི་ལྟར་འཕངས་པའི་མིང་  
ག་བྱགས་མངོན་པར་གྲུབ་པའི་གནས་སྐབས་ནི་འདི་ཙམ་དུ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། འདི་  
ལྟར་ཐོག་མར་མིང་དང་ག་བྱགས་སོགས་གྱི་རང་གི་ངོ་བོ་འགྲུབ་པ་ནི་སྟེ་བ་ཡིན་ལ།  
གྲུབ་ནས་གནས་སྐབས་མི་འདྲ་བར་གྱུར་པ་ནི་རྒྱ་བ་དང་། མཐར་ཐུན་ཆད་པ་ནི་  
འཆི་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལ་འཕེན་བྱེད་གྱི་ཡན་ལག་དང་། འཕངས་པའི་ཡན་  
ལག་དག་ནི། རྒྱ་ལ་སོགས་པའི་གནས་སྐབས་གྱི་རྒྱ་འབྲས་ཡིན་ནོ། །མངོན་པར་  
འགྲུབ་བྱེད་དང་། མངོན་པར་གྲུབ་པའི་ཡན་ལག་རྣམས་ནི་འབྲས་བུ་ཡོངས་སུ་

གང་ཡིན་པ་ནི། འཆི་བའི་ས་པར་གདོགས་པ་ཡིན་པས་དོན་བསང་རྣམ་པར་བཤད་པ་  
 ལས་སྐྱེ་བའི་ས་པ་གང་ཡིན་པ་མདོན་པར་འགྲུབ་པར་བྱེད་པའི་ཉོན་མོངས་པ་ཡང་  
 དེས་པར་དེའི་ས་པའོ་ཞེས་བཤད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་མི་འཐད་པ་མིན་ཅོ། །ཚུལ་  
 འདིས་གོང་མ་ནས་འོག་མར་སྐྱེ་བ་དང་། འོག་མ་ནས་གོང་མར་སྐྱེ་བ་དང་། རང་ས་  
 རྣམ་རང་སར་སྐྱེ་བ་རྣམས་ལ་ཡང་ཅི་རིགས་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་དེས་པ་ནི་  
 འདི་ཡིན་ཏེ་འདོད་པར་སྐྱེ་བའི་ལས་ནི་འདོད་པ་ཁོ་ནར་སོགས་པར་བྱེད་དོ། །ཁམས་  
 གོང་མར་གཉིས་སུ་སྐྱེ་བའི་ལས་ནི་རང་གི་འོག་ས་གང་ཡང་རུང་བ་དག་ཏུ་སོགས་  
 པར་བྱེད་ཀྱི་གོང་མ་འམ་རང་སར་ས་ཡིན་ཏེ། གོང་མ་རྣམས་ནི་འོག་མར་འདོད་  
 ཆགས་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་དང་རང་ས་ལ་ཡང་ཞི་རགས་ཀྱི་རྣམ་པར་བསྐྱོམ་པ་མེད་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །རང་ས་ནས་གི་འཕོས་ནས་རང་སར་སྐྱེ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་སྒྲོན་  
 འོག་མར་བསགས་པའི་ལན་གྲངས་གཞན་ལ་སྦྱོར་འགྱུར་གྱི་ལས་ཡོད་པའི་རྒྱ་  
 མཚན་ལས་ཡིན་གྱི་ས་དེར་གསར་དུ་བསྐྱབས་པ་ནི་མ་ཡིན་ཅོ། །ཅིའི་ཕྱིར་རྟེན་ཅིང་  
 འབྲེལ་པར་འབྱུང་བ་ཞེས་བྱ་ཞེ་ན། ལྷུང་དུ་འཛིག་པ་དང་ལྷན་པར་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་  
 རམ། རྒྱ་དང་རྒྱུན་པན་རྒྱུན་པར་ལ་སྦྱོས་ནས་འབྱུང་བས་དེའི་ཕྱིར། རྟེན་ཅིང་  
 འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཞེས་བྱའོ། །

གསུམ་པ་ཡན་ལག་མདོར་བསྡུ་བ་ནི། རི་སྐད་བཤད་པའི་ཡན་ལག་བཅུ་  
 གཉིས་པོ་འདི་རྣམས་མདོར་བསྡུ་ན་ཡན་ལག་བཞིར་འགྱུར་ཏེ་འདི་ལྟར། རྒྱའི་དུས་  
 ར་གང་གིས་འཕེན་པའི་ཡན་ལག་དང་། གང་འཕངས་པའི་ཡན་ལག་གཉིས་དང་།



གར་གཏོགས་པ་དེའི་ས་པར་གཏོགས་ཏེ་དེ་དག་མངོན་པར་འགྲུབ་པར་བྱེད་པའི་  
 ཉེ་བའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་གར་གི་ཆེ་འདོད་པར་མི་གཡོ་བའི་ལས་  
 བསགས་ཏེ་དེ་ནས་གི་འཕོས་ནས་བསམ་གཏན་དང་པོར་སྐྱེ་ལ་དེ་ནས་གི་འཕོས་  
 ནས་བསམ་གཏན་གཉིས་པར་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་དེའི་ཆེ་མ་རིག་པ་དང་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པ་ནི་འདོད་པའི་ས་པ་ཡིན་ནོ། །འདུ་བྱེད་དང་མིང་གཟུགས་ནས་སྐྱེད་པའི་  
 བར་ནི། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ས་པ་ཡིན་ནོ། །ལྷག་མ་རྣམས་ནི་བསམ་གཏན་  
 གཉིས་པའི་ས་པ་ཡིན་ནོ། །

ཅིའི་ཕྱིར་སྐྱེད་པ་བསམ་གཏན་དང་པོའི་ས་པ་ཡིན་ཞེ་ན། བསམ་གཏན་  
 དང་པོའི་ཆོར་བ་ལ་རྗེས་སུ་ཆགས་པའི་འདོད་ཆགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་ས་གཞན་  
 གྱི་ཆོར་བ་ལས་ས་གཞན་གྱི་སྐྱེད་པ་འཕེལ་བ་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅིའི་ཕྱིར་  
 ལེན་པ་དང་སྐྱེད་པ་བསམ་གཏན་གཉིས་པའི་ས་པ་ཡིན་ཞེ་ན། སྐྱེད་པ་ནི་བསམ་  
 གཏན་གཉིས་པའི་མི་གཡོ་བའི་ལས་རྒྱས་པ་མཐུ་ཅན་དུ་གྱུར་པའི་ངོ་བོ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་དང་། ལེན་པ་ནི་བསམ་གཉིས་པའི་ཕྱང་པོ་བྱོབ་པར། འདོད་པའི་སྐྱེད་པ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་བསམ་གཏན་དང་པོའི་སྐྱེད་པ་བསམ་གཏན་གཉིས་པའི་  
 ལེན་པའི་རྒྱུན་དུ་ཅི་ལྟར་འགྱུར་ཅི་ན། གར་གི་ཆེ་བསམ་གཏན་དང་པོ་ནས་འཆི་  
 འཕོ་བ་དེའི་ཆེ་བསམ་གཏན་དང་པོའི་ས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་ཡོད་ལ་  
 དེའི་ལའོར་གྱིས་བདག་ལ་ཆགས་པའི་དབང་གིས་གཉིས་པའི་ཕྱང་པོ་ལ་སྐྱེད་པའི་  
 ལེན་པ་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་ཉེས་པ་མེད་དོ། །དེ་བས་ན་ལེན་པའི་རྒྱུན་དུ་གྱུར་པའི་སྐྱེད་པ་

མཐའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་དག་ལ་ཡང་དེ་ཁོ་ན་ལྟར་རྩི་བར་བྱ་སྟེ་དེ་  
 ལྟར་ན་འགལ་མའི་འཁོར་ལོ་ལྟར་སྤྱད་པའི་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་པོ་ཐོག་མ་དང་  
 ཐ་མ་མེད་པར་འཁོར་བའི་ཚུལ་ལེགས་པར་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་འགྱུར་ཏེ། རི་སྐད་དུ།  
 འཕགས་པ་གྲུ་སྐྱབ་ཞབས་ཀྱིས། །གསུམ་པོ་རྣམས་ལས་གཉིས་འབྱུང་སྟེ། །  
 གཉིས་ལས་བདུན་འབྱུང་བདུན་ལས་ཀྱང་། །གསུམ་འབྱུང་སྤྱད་པའི་འཁོར་ལོ་དེ། །  
 ཉིད་ནི་ཡང་དང་ཡང་དུ་འཁོར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

ཡང་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་པོ་འདི་དག་ཁམས་དང་མཚུངས་པ་ཡིན་ནམ་  
 ཞེ་ན། ཐམས་ཅད་ས་མཚུངས་པ་ཡང་ཡོད་དེ། གང་གི་ཆེ་འདོད་པ་ནས་གི་འཕོས་  
 ནས་འདོད་པར་སྐྱེ་བ་དེའི་ཆེའོ། །མི་མཚུངས་པ་ཡང་ཡོད་དེ། ཁམས་དང་ས་གཞན་  
 ནས་གི་འཕོས་ནས་གཞན་དུ་སྐྱེ་བ་དེའི་ཆེ་ནའོ་དེ་ལ་འདུ་བྱེད་དང་མིང་གཟུགས་  
 དང་སྐྱེ་མཆེད་དུག་ནས་སྤྱད་པའི་བར་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ནི་སྐྱེ་བའི་ས་པ་ཁོ་ནར་  
 ཏོགས་པའི་ཕྱིར་ས་མཚུངས་པ་ཡིན་ཏེ། ས་གཞན་གྱི་འདུ་བྱེད་ཀྱིས་ས་གཞན་གྱི་  
 རྣམ་སྒྲིན་མི་འགྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །ས་གཞན་གྱི་ཆོར་བ་ལ་ས་གཞན་གྱི་སྤྱད་པ་མི་  
 འཕྲེལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །མ་རིག་པ་དང་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་གང་དུ་ལས་དེ་  
 སོགས་པར་བྱེད་པའི་ས་དེ་ཁོ་ནར་གཏོགས་ཏེ། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་གང་དུ་ལས་  
 སོགས་པའི་རྟེན་དེའི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། མ་  
 རིག་པ་ཡང་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་  
 གང་དུ་སྐྱེས་པ་དེའི་ས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ལེན་པ་དང་སྤྱད་པའི་སྐྱེ་བ་དང་ཤ་གི་

ལས། ཆེ་འདིའི་སྐྱེ་བ་དང་ཤི་བུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་བས་ན་ཆེ་འདིར་ཡང་བྱིས་པ་རྣམས་ལ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བའི་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་ཆར་བར་ཡོད་མོད། དེ་དག་ཐམས་ཅད་ནི་སྒྲིན་གྱི་མཐའ་དང་བྱི་མའི་མཐའ་དང་བར་གསུམ་ཀའི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ཡན་ལག་ཚོགས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་སྐྱེ་བ་དང་ཤི་བུ་ནི་སྒྲིན་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན་མོ། །འདིར་བསགས་པའི་མ་རིག་པ་དང་འདུ་བྱེད་དང་རྣམ་ཤེས་རྣམས་ནི་བྱི་མའི་མཐའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན་ཏེ་མ་འོངས་པའི་སྐྱེ་བ་འགའ་ཞིག་འཕེན་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །མིང་གཟུགས་ནས་སྤྲིད་པའི་བར་ནི་ཆེ་འདིའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་ཆེ་འདིར་ཡོད་པའི་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་པོ་འདི་དག་ནི་སྒྲིན་དང་བྱི་མའི་མཐའ་ལ་སྒྲོངས་པ་བརྒྱུག་པར་བྱེད་པ་ཡང་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར། མིང་གཟུགས་ནས་ཆོར་བའི་བར་དང་སྐྱེ་བ་དང་ཤི་བུ་དག་ནི། གོ་རིམ་བཞིན་དུ་སྒྲིན་གྱི་མཐའི་འཕངས་པའི་འབྲས་བུ་དང་། མངོན་པར་གྲུབ་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དེ་དག་ལས་སྒྲིན་གྱི་མཐའི་སྐྱེ་བ་ཡོད་པར་རྗེས་སུ་དཔོག་ལ། མ་རིག་པ་ལ་སོགས་པ་གསུམ་དང་། སྤྲིད་པ་ལ་སོགས་པ་གསུམ་ནི་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་བྱི་མའི་མཐའི་སྐྱེ་བ་འགའ་ཞིག་འཕེན་པར་བྱེད་པ་དང་། མངོན་པར་འགྲུབ་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་ཡིན་པས་དེ་དག་ལས་བྱི་མའི་མཐའི་སྐྱེ་བ་ཡོད་པར་རྗེས་སུ་དཔོག་གོ། །

ཇི་ལྟར་ན་ཆེ་འདིར་ཡོད་པའི་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་པོ་དག་ལ་སྒྲིན་དང་བྱི་མའི་མཐའི་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་ཇི་ལྟར་རྣམ་པར་བཞག་པ་ལྟར། སྒྲིན་དང་བྱི་མའི་



འགྱུར་ཞེ་ན། ཆེ་གསུམ་ལ་རྫོགས་པར་འགྱུར་གྱི་མང་བའམ་ཉུང་བར་མ་ཡིན་ཏེ།  
 འདི་ལྟར་མ་རིག་པ་དང་འདྲ་བྱེད་དང་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་ནི་སྟོན་གྱི་སྐྱེ་བ་ལ་  
 ཡོངས་སུ་རྫོགས་སྟེ། དེ་དག་ནི་སྐྱེ་བ་འཕེན་བྱེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་ལས་བསགས་  
 མ་ཐག་དེའི་སྐྱེ་བ་འགྱུར་པ་མི་སྤྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ། །མིང་གཟུགས་ནས་ཆོར་བའི་  
 བར་ནི་ཆེ་བར་པ་ལ་རྫོགས་ཏེ། དེ་དག་ནི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །སྤྲིད་པ་དང་ལེན་པ་དང་སྤྲིད་པ་གསུམ་ཡང་ཆེ་དེ་ལ་རྫོགས་སྟེ། རྣམ་པར་  
 སྒྲིན་པའི་རྒྱུ་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྐྱེ་བ་དང་ཀ་གི་ནི་ཆེ་ཕྱི་མ་ལ་རྫོགས་ཏེ་ཆེ་  
 འདིའི་ཐ་མ་སྤྲིད་པ་ཡིན་ལ་དེའི་རྒྱུ་ལས་སྐྱེ་བ་འགྱུར་པའི་ཕྱིར་དང་སྐྱེ་བའི་རྒྱུ་  
 ལས་ཀྱང་ཀ་གི་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལ་སྐྱེ་བ་དང་པོ་གཉིས་ནི་བར་མ་ཆད་ཏུ་  
 འབྱུང་བའི་ངེས་པ་མེད་སྟེ། ད་ལྟར་གྱི་མིང་གཟུགས་འདི་དག་སྐལ་པ་བརྒྱའི་སྟོན་  
 རོལ་གྱི་མ་རིག་པ་དང་འདྲ་བྱེད་ཀྱིས་འཕངས་པ་སྤྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅི་སྟེ་སྐྱེས་  
 ནས་སྟོང་འགྱུར་གྱི་ལས་ཀྱི་རྣམ་སྒྲིན་ཡིན་ན་དེའི་ཆེ་ཆེ་དང་པོ་གཉིས་བར་མ་ཆད་ཏུ་  
 འབྱུང་བ་ཡང་སྤྲིད་དོ། །ཆེ་ཐ་མ་གཉིས་ནི་བར་མ་ཆད་ཁོ་ནར་འབྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་  
 ཡང་ཆེ་ཕྱི་མའི་སྐྱེ་བ་དང་ཀ་གི་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ཆེ་འདིའི་སྤྲིད་པའི་རྒྱུ་ལས་བྱུང་  
 བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བས་ན་ཆེ་འདིའི་སྐྱེ་བ་དང་ཀ་གི་རྣམས་ནི་ཆེ་འདིའི་མིང་གཟུགས་  
 སོགས་དང་རྟེན་འབྲེལ་ཆར་གཅིག་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འདིའི་སྤྲིད་ལེན་སྤྲིད་པ་རྣམས་  
 ཀྱི་རྒྱུ་ལས་བྱུང་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འོ་ན་ཅི་ཞེན་སྐྱེ་བ་སྐྱེ་མའི་མིང་གཟུགས་  
 རྣམས་དང་རྟེན་འབྲེལ་ཆར་གཅིག་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་གི་སྤྲིད་ལེན་སྤྲིད་པའི་རྒྱུ་

པ་ནི་ཉེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བའི་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་པོ་ཀུན་ནས་ཉེན་མོང་  
པ་ཅན་དུ་སྒྲིད་པར་བྱེད་པའི་ཐོག་མའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཡན་ལག་དང་པོར་བསྟན་  
པ་ཡིན་ནོ། །

ཅིའི་ཕྱིར་རྒྱ་གྲི་ཡན་ལག་ཕྱི་མར་བསྟན་ཞེན། ཉེན་མོངས་པ་དང་ལས་ཀྱི་  
ཀུན་ནས་ཉེན་མོངས་པ་གཉིས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ནི་དེ་ཙམ་དུ་མཐར་ཐུག་པའི་ཕྱིར་དེ།  
དཔེར་ན་ཕྱིའི་ས་བོན་དག་གི་རྒྱས་པ་ཇི་སྲིད་མ་ཟད་པ་དེ་སྲིད་དུ་ཐུག་ལས་སྡོང་བུ་  
དེ་ལས་མེ་ཏྲག་དང་འབྲས་བུ་ལ་སོགས་པ་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕྲེལ་དེ་མཐར་  
འབྲས་བུ་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པའི་མཐར་ཐུག་པར་འགྱུར་ལ་གང་གི་ཆེ་འབྲས་བུ་སྒྲིན་པ་  
མཐར་ཐུག་པ་དེའི་ཆེ་ནི་ས་བོན་གྱི་རྒྱས་པ་ཡོངས་སུ་གཏུགས་པའི་ཕྱིར་འབྲས་བུའི་  
གནས་སྐབས་གཞན་སྒྲི་བར་མི་འགྱུར་བ་ལྟར་ཇི་སྲིད་སྡོན་གྱི་ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་  
ཀྱི་རྒྱས་པ་མ་ཟད་པ་དེ་སྲིད་དུ་རྒྱ་གྲིའི་ཡན་ལག་ལ་མཐར་ཐུག་པར་མི་འགྱུར་ཞིང་།  
གང་གི་ཆེ་རྒྱ་གྲི་ལ་མཐར་ཐུག་པ་དེའི་ཆེ་རྒྱ་མ་ཐར་སྒྲིན་པ་དེ་འཕྲེལ་པར་བྱེད་པའི་  
ལས་ཀྱི་རྒྱས་པ་ཡོངས་སུ་གཏུགས་པའི་ཕྱིར་འབྲས་བུ་གཞན་སྒྲིད་པའི་རྒྱས་མཐུ་  
མེད་དོ་དེའི་ཕྱིར་རྒྱ་གྲི་ཡན་ལག་ཕྱི་མར་བཞག་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ཡང་ལམ་མ་  
སྒྲོམས་པར་འབད་མེད་དུ་གྲོལ་བར་ཐལ་བའི་ཉེས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་དེ། ལས་ཀྱི་  
བག་ཆགས་གཞན་དང་གཞན་སྲིད་པའི་རྒྱུན་གྱིས་གསོས་དེ། རྒྱ་མ་ཐར་སྒྲིན་པ་  
གཞན་དང་གཞན་འཆོམས་སྒྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་པོ་འདི་དག་དུས་ཇི་སྲིད་གཅིག་ལ་རྫོགས་པར་

དང་ཆེར་བ་བཞི་ཕྱེགས་གཅིག་རྣམས་སོ། །དུ་ཞིག་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་མེད་པ་ཡིན་ཞེ་ན།  
ལུང་མ་བསྟན་རྣམས་དང་ཐ་མ་གསུམ་སོ། །དུ་ཞིག་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་ཡིན་ཞེ་ན།  
སྒྲིག་གི་དབང་པོ་རངས་པོ་དང་། གཟུགས་ཅན་བདུན་དང་། ཡིད་དང་བྱང་སྒྲུལ་ས་  
ཀྱི་དབང་པོའི་ཕྱེགས་རྣམས་སོ། །ལྷག་མ་རྣམས་ནི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

དུ་ཞིག་འདོད་པ་དང་ལྷན་པ་ཡིན་ཞེ་ན། ལྷ་ལྟེ་དང་། ཐོ་མོའི་དབང་པོ་སྟེ་  
བཞི་དང་། ཐ་མ་གསུམ་མ་གཏོགས་པ་ལྷག་མ་རྣམས་ཀྱི་ཕྱེགས་གཅིག་གོ། །དུ་  
ཞིག་གཟུགས་དང་ལྷན་པ་ཡིན་ཞེ་ན། བཙུ་ལྷའི་ཕྱེགས་གཅིག་སྟེ། ཐ་མ་གསུམ་  
དང་། འདོད་པ་དང་ལྷན་པ་བཞི་བོར་བའོ། །གཟུགས་མེད་པ་དང་ལྷན་པ་དུ་ཞེ་ན།  
དད་སོགས་ལྷ་དང་། སྒྲིག་ཡིད་བྱང་སྒྲུལ་ས་གསུམ་ཀྱི་ཕྱེགས་སོ། །ཁམས་དང་མི་  
ལྷན་པ་ནི། ཟག་མེད་རྣམས་སོ། །མི་ལྟོགས་པ་མེད་པའི་ས་པ་དུ་ཞིག་ཡོད་ཅེ་ན།  
བཙུ་གཅིག་སྟེ། ཐ་མ་བརྒྱད་དང་། ཡིད་དང་། ཡིད་མི་བདེ། བྱང་སྒྲུལ་ཀྱི་དབང་  
པོ་རྣམས་སོ། །ཁས་མ་གཏན་དང་པོ་དང་གཉིས་པ་ན་དུ་ཞིག་དམིགས་ཞེ་ན། བཙུ་  
བརྒྱད་དེ་ཐོ་མོའི་དབང་པོ་སྟེ། ལྷ་བསྟེན་དང་ཡིད་མི་བདེ་བོར་བ་རྣམས་སོ། །ཡིད་  
བདེ་བོར་བའི་བཙུ་བདུན་ནི་ཁས་མ་གཏན་གསུམ་པའི་ས་པའོ། །བདེ་བ་བོར་བའི་  
བཙུ་དྲུག་ནི་བཞི་པའི་ས་པའོ། །ཐ་མ་བརྒྱད་དང་། སྒྲིག་ཡིད་བྱང་སྒྲུལ་ས་རྣམས་  
ནི་གཟུགས་མེད་དང་པོ་གསུམ་ཀྱི་ས་པའོ། །ཐ་མ་གསུམ་བོར་བ་བརྒྱད་ནི་སྤྱིད་  
ཅེའི་ས་པའོ། །རྟེན་འདོད་ཁམས་པ་དབང་པོ་དུ་དང་ལྷན་ཞེ་ན། སྤྱིད་པ་ལས་  
ཐམས་ཅད་དང་ངོ། །དཔྱལ་བར་སྒྲིམ་པ་ནི། གཟུགས་ཅན་ལྷ་དང་། སྒྲིག་ཡིད་



བཏང་སྒྲོམས་རྣམས་ནི་ཀུན་དུ་འབྱུང་བའི་ཚུལ་གྱིས་ངེས་པར་ལྡན་ལ། ཐ་མ་གསུམ་མ་གཏོགས་པའི་ལྷག་མ་རྣམས་ནི་ལྡན་པ་ཡང་ཡོད་མི་ལྡན་པ་ཡོད། ཐ་མ་གསུམ་ནི་ཀུན་དུ་འབྱུང་བ་ལས་མི་ལྡན་ལ་ས་བོན་གྱི་ཚུལ་གྱིས་ལྡན་པ་ཡང་ཡོད་མི་ལྡན་པ་ཡང་ཡོད་ཏེ། ཡོངས་སུ་བྱ་ངན་ལས་འདའ་བའི་ཆོས་ཅན་དང་། མི་འདའ་བའི་ཆོས་ཅན་རྣམས་སོ། །

སེམས་ཅན་དཔུལ་བར་སྐྱེས་པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་གཅིག་དུ་སྐྱེག་བསྐྱེལ་བའི་དུད་འགྲོ་དང་། ཡི་དུགས་རྣམས་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་ལྟ་བར་བྱའོ། །མིར་སྐྱེས་པ་རྣམས་ཀྱང་སྤྱིད་པ་ལས་ཐམས་ཅད་དང་ངོ་། །མིར་སྐྱེས་པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་ལྟར་སྐྱེས་པ་རྣམས་ཀྱང་དེ་བཞིན་འོ། །དབང་པོ་མ་ཆང་བ་རྣམས་ནི། མིག་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བོ་གང་རུང་མ་གཏོགས་པ་སྤྱིད་པ་ལས་ཐམས་ཅད་དང་ངོ་། །དབང་པོ་ཆང་བ་རྣམས་ནི་སྤྱིད་པ་ལས་ཐམས་ཅད་དང་ངོ་། །ཟ་མ་ནི་པོ་མོའི་དབང་པོ་དང་། ཐ་མ་གསུམ་མ་གཏོགས་པ་སྤྱིད་པ་ལས་ཐམས་ཅད་དང་ངོ་། །སྐྱེས་པ་དང་བྱད་མེད་པོ་མོའི་དབང་པོ་གང་རུང་མ་གཏོགས་པ་སྤྱིད་པ་ལས་ཐམས་ཅད་དང་ངོ་། །མཆོན་གཉིས་པ་ནི་སྤྱིད་པ་ལས་བཅུ་དགུ་དང་ལྡན་ཏེ། ཐ་མ་གསུམ་བོར་བའོ། །དགེ་བའི་རྩ་བ་ཆད་པ་ནི་བརྒྱད་མ་གཏོགས་པ་སྤྱིད་པ་ལས་གཞན་རྣམས་དང་ལྡན་འོ། །དགེ་བའི་རྩ་བ་མ་ཆད་པ་ནི་སྤྱིད་པ་ལས་ཐམས་ཅད་དང་ངོ་། །སོ་སོ་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ནི་ཐ་མ་གསུམ་མ་གཏོགས་པ་སྤྱིད་པ་ལས་བཅུ་དགུ་དང་ངོ་། །བདེན་པ་མཐོང་བ་སྤྱིད་པ་ལས་ཐམས་ཅད་དང་ངོ་། །སྒྲོབ་པ་ནི་ཐ་མ་མ་གཏོགས་པའི་སྤྱིད་པ་ལས་ཉི་

ཤུ་ཙ་གཅིག་དང་ངོ་། །མི་སྒྲོབ་པ་ནི་ཡིད་མི་བདེ་དང་། ཟག་མེད་དང་པོ་གཉིས་མ་  
གཏོགས་པ་བཙུངས་དག་དང་ངོ་། །རྒྱན་དུ་ཞུགས་པའི་འབྲས་བུ་ལ་གནས་པ་ཟག་མེད་  
དང་པོ་དང་ཐ་མ་གཉིས་པོར་བ་ནི་ཤུ་དང་ལྔ་ནོ། །རྒྱན་དུ་ཞུགས་པ་རི་ལྷ་བ་  
བཞིན་དུ་བྱིར་འོང་བའི་འབྲས་བུ་ལ་ཞུགས་པ་དང་། བྱིར་འོང་བ་དང་བྱིར་མི་འོང་  
བའི་འབྲས་བུ་ལ་ཞུགས་པ་ཡང་དེ་བཞིན་ནོ། །རྒྱན་དུ་ཞུགས་པའི་འབྲས་བུ་ལ་  
ཞུགས་པ་ནི། ཟག་མེད་ཐ་མ་གཉིས་པོར་བ་སྤྲིད་པ་ལས་ནི་ཤུ་དང་ངོ་། །བྱིར་མི་  
འོང་བའི་འབྲས་བུ་ལ་གནས་པ་ཟག་མེད་ཐོག་མཐའ་གཉིས་དང་། ཡིད་མི་བདེ་  
པོར་བ་བཙུངས་རྣམས་དང་ངོ་། །དགྲ་བཙུང་པའི་འབྲས་བུ་ལ་ཞུགས་པ་ཡང་དེ་  
བཞིན་ནོ། །དགྲ་བཙུང་པའི་འབྲས་བུ་ལ་གནས་པ་ཟག་མེད་དང་པོ་གཉིས་དང་།  
ཡིད་མི་བདེ་པོར་བ་བཙུངས་དང་ལྔ་ནོ། །འདོད་པའི་ཁམས་ནས་གི་འཕྲོས་  
ནས་འདོད་པའི་ཁམས་སུ་སྒྲེབ་པ་དབང་པོ་དུ་དག་ནི་སྒྲོང་བར་བྱེད་ཅིང་དུ་དག་ནི་  
ཐོབ་པར་བྱེད་ཅི་ན། ཐ་མ་བརྒྱད་མ་གཏོགས་པ་རྣམས་ནི་དམན་པ་སྤངས་ནས་  
བྱུང་པར་བ་ཐོབ་པ་ཡང་ཡོད། དམན་པ་སྤངས་ནས་དམན་པ་གཞན་ཐོབ་པ་ཡང་  
ཡོད། བྱུང་པར་བ་སྤངས་ནས་དམན་པ་ཐོབ་པ་ཡང་ཡོད། །བྱུང་པར་བ་སྤངས་  
ནས་བྱུང་པར་གཞན་ཐོབ་པར་བྱེད་ལ། དད་པ་ལ་སོགས་པའི་དགོ་བ་ནི། སྒྲོན་གྱི་  
དམན་པ་སྤངས་ནས། བྱུང་པར་དུ་འཕགས་པ་གཞན་ཐོབ་པར་བྱེད་གྱི་དམན་པ་  
ཐོབ་པ་ནི་མེད་དེ། སྒྲོན་གྱི་དད་སོགས་རྣམས་ནི་བྱི་མའི་དད་སོགས་གོང་ནས་གོང་  
དུ་འཕེལ་བའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་བྱིར་ངོ་། །ཐ་མ་གསུམ་ནི་སྒྲེབ་དང་མི་མཐུན་པ་ཡིན་ནོ། །

འདོད་པ་ནས་ཤི་འཕྲོས་ནས་གཟུགས་ཀྱི་ཁམས་སུ་སྐྱེ་བ་ན་དབང་པོ་དུ་དག་ནི་སྤང་  
 ཞིང་། དུ་དག་འཕྲོབ་ཞེ་ན་འོག་མའི་དབང་པོ་ཐམས་ཅད་ནི་སྤྲོང་བར་བྱེད་ལ་གོང་  
 མའི་དབང་པོ་ཐམས་ཅད་ནི་སྤྲོད་པ་ལས་ཐོབ་པར་ལྟའོ། །དེ་བཞིན་དུ་འདོད་པ་  
 ནས་ཤི་འཕྲོས་ནས་གཟུགས་མེད་པར་སྐྱེ་བ་དང་། གཟུགས་ནས་ཤི་འཕྲོས་ནས།  
 གཟུགས་མེད་པར་སྐྱེ་བ་རྣམས་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་ལྟ་བར་བྱའོ། །རབ་དུ་དབྱེ་བས་  
 ཇི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། རྒྱས་པར་བྱེ་ན་དབང་པོ་ཉི་ཤུ་ཅུ་གཉིས་ཡིན་ལ། མདོར་བསྟུ་ན། ཀྱན་  
 ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་། རྣམ་པར་བྱང་བའི་དབང་པོ་གཉིས་སུ་ཡང་འགྱུར་རོ། །  
 དབང་པོ་རྣམས་རྣམ་པར་གཏན་ལ་དབབ་པ་མདོར་བསྟུས་པ་བཤད་ཐིག་ཏོ། །

གཟུགས་ཀྱི་ཡུང་པོའི་ཕྱོགས་གཅིག་ནི་མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་ལྟ་  
 དང་པོ་མའི་དབང་པོ་རྣམས་སོ། །འདུ་བྱེད་ཀྱི་ཡུང་པོའི་ཕྱོགས་གཅིག་ནི་ སྒྲོག་དང་།  
 དད་པ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་རྣམས་སོ། །ཁམས་བརྩ་གཉིས་ནི་དབང་པོ་ལྟ་དང་། རྣམ་  
 པར་ཤེས་པའི་ཁམས་བདུན་རྣམས་སོ། །སྐྱེ་མཆེད་དུག་ནི་ནང་གི་སྐྱེ་མཆེད་རྣམས་སོ། །  
 ཆོས་ཀྱི་ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི་ཕྱོགས་གཅིག་ནི་ སྒྲོག་གི་དབང་པོ་དང་། བདེ་བ་  
 ལ་སོགས་པ་རྣམས་དང་དད་པ་ལ་སོགས་པ་ལྟའོ། །ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་དང་རྣམ་  
 བྱང་གི་ཆོས་རྣམས་ལ་དབང་བྱེད་པའོ། །དབང་པོ་ཆོས་ཙམ་དུ་མདོར་བསྟུས་པ་ན།  
 བདག་དེར་མདོར་བསྟུས་པ་ཞེན་པ་སྤྲོང་རོ། །

སྐྱུག་བསྟུ་ལ་གྱི་ཆོར་བ་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ནི། རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་  
 སྐྱུག་བསྟུ་ལ་གྱི་སྐྱུག་བསྟུ་ལ་ཡིན་ལ། སྐྱུག་བསྟུ་ལ་སྤྲོང་བར་འགྱུར་བའི་ཆོས་དབང་



པོ་དང་དོན་རྣམས་དང་། དེ་དང་མཚུངས་པར་ལྷན་པ་རྣམས་ནི་སྤྲུག་བསྐྱེལ་སྤྱོད་  
 བར་བྱེད་པའི་བྱིར་སྤྲུག་བསྐྱེལ་གྱི་སྤྲུག་བསྐྱེལ་དུ་ལྟོའོ། །ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཕྱོགས་  
 གཅིག་ནི་སྤྲུག་བསྐྱེལ་གྱི་ཚོར་བ་གནས་དང་བཅས་པའོ། །སྤྲུག་བསྐྱེལ་གྱི་སྤྲུག་  
 བསྐྱེལ་ཚེས་ཙམ་དུ་ཤེས་པས་བདག་དེར་མངོན་པར་ཞེན་པ་སྤྱོད་འོ། །བདེ་བ་སྤྱོད་  
 བའི་ཚོར་བ་དང་། དེ་སྤྱོད་བ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་ཚེས་རང་མཚན་པ་དབང་པོ་  
 དང་དོན་རྣམས་འགྱུར་ན་ཆགས་ཅན་རྣམས་ལ་སྤྱར་ཡིད་མི་བདེ་སྤྱོད་པའི་བྱིར་དང་།  
 བདེ་བ་དང་བདེ་བ་སྤྱོད་བར་འགྱུར་བ་དེ་ལ་ཡང་ཆགས་པས་སེམས་སྤྱར་གྱི་གནས་  
 སྐབས་ལས་མི་འདྲ་བར་འགྱུར་བའི་བྱིར། འགྱུར་བའི་སྤྲུག་བསྐྱེལ་ཡིན་ནོ་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་ཕྱོགས་གཅིག་བདེ་བ་དང་བདེ་བ་སྤྱོད་བར་འགྱུར་བའི་ཚེས་རྣམས་སོ། །  
 འགྱུར་བའི་སྤྲུག་བསྐྱེལ་ཚེས་ཙམ་དུ་ཤེས་པ་ན་བདག་དེར་མངོན་པར་ཞེན་པ་སྤྱོད་འོ། །  
 སྤྲུག་བསྐྱེལ་དང་བདེ་བ་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པའི་ཚོར་བ་བཏང་སྟོམས་དང་། དེ་སྤྱོད་  
 བར་འགྱུར་བའི་ཚེས་དང་། སྤྲུག་བསྐྱེལ་དང་། འགྱུར་བའི་སྤྲུག་བསྐྱེལ་དེ་གཉིས་  
 ཀའི་གནས་ངན་ལེན་ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་དང་། སྤྲུག་བསྐྱེལ་དེ་གཉིས་ཀ་ལས་མ་  
 ཐར་བས་རེས་ནི་བདེ་བའི་གནས་སྐབས་ལ་བསྟེན། རེས་སྤྲུག་བསྐྱེལ་གྱི་གནས་  
 སྐབས་ལ་བསྟེན་ཏེ། ཏྲག་ཏུ་ཁོར་མོར། བཏང་སྟོམས་འབའ་ཞིག་གི་གནས་སྐབས་  
 ལ་གནས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་བས་ན་མི་ཏྲག་པས་རྗེས་སུ་བཅིངས་པས་གྲུབ་  
 པ་དང་བདེ་བ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར་ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་ཚོར་བ་བཏང་སྟོམས་གཞི་  
 དང་བཅས་པ་རྣམས་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྤྲུག་བསྐྱེལ་ཉིད་དུ་རིག་པར་བྱའོ། །ཡུང་པོ་

རྣམས་དང་། ཁམས་དང་སྒྲེ་མཆེད་ཐ་མ་གསུམ་དང་གཉིས་ཀྱི་ཕྱོགས་ནི་ཟག་མེད་  
 མ་གཏོགས་པ་རྣམས་སོ། །འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཆོར་བ་བཏང་སྒྲོམས་གནས་  
 དང་བཅས་པ་ཆོས་ཙམ་དུ་ཤེས་པས་བདག་དེར་མངོན་པར་ཞེན་པ་སྤོང་ངོ་། །རྣམ་  
 སྒྲིན་དང་བཅས་པ་ལ་དངོས་ནི་མི་དགེ་བ་དང་དགེ་བ་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་ནི།  
 ཡང་སྤྲིད་པ་འཕེན་པར་བྱེད་པའི་རྣམ་སྒྲིན་གྱི་ས་བོན་འཛིག་པར་བྱེད་པས་རྣམ་  
 བར་སྒྲིན་པ་དང་བཅས་པར་ལྟེ། །རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཁམས་བདུན་དང་།  
 གཟུགས་སྒྲ་ཆོས་ཀྱི་ཁམས་ཏེ་ཁམས་བཙུ་དང་། གཟུགས་སྒྲ་ཆོས་དང་ཡིད་ཀྱི་སྒྲེ་  
 མཆེད་རྣམས་ཏེ་སྒྲེ་མཆེད་བཞིའི་ཕྱོགས་གཅིག་ནི་མི་དགེ་བ་དགེ་བ་ཟག་བཅས་  
 ཀྱིས་བསྐྱེས་པ་རྣམས་སོ། །ཡང་སྤྲིད་པའི་ལུང་པོའི་བག་ཆགས་འཛིག་པར་བྱེད་པ་  
 དང་། ཡང་སྤྲིད་པར་ཉིང་མཆོམས་སྒྲོར་བར་བྱེད་པའི་རྣམ་སྒྲིན་དང་བཅས་པ་ཆོས་  
 ཙམ་དུ་ཤེས་པ་ན་བདག་དེར་མངོན་པར་ཞེན་པ་སྤོང་ངོ་། །

གཉིས་པ་ལྟན་ཆོས་ནི། རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་དངོས་ནི། ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པ་མཆུངས་ལྟན་དང་བཅས་པ་སྟེ། དེ་དག་ནི་སྒྲོན་གྱི་ལས་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པའི་  
 རང་བཞིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལས་གཞན་པ་མིག་ལ་སོགས་པ་དང་། བདེ་བ་  
 དང་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ལ་སོགས་པ་ནི། རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཕྱིར་རྣམ་པར་  
 སྒྲིན་པ་ཞེས་པའི་མིང་བྱོབ་བོ། །ཟས་ནི་བཞི་སྟེ། ཁམས་ཀྱི་ཟས་དང་། རིག་པའི་  
 ཟས་དང་། སེམས་པའི་ཟས་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཟས་སོ། །དེ་ལ་ཁམས་ཀྱི་ཟས་  
 ནི་རགས་པ་ཡིན་ལ་དེ་ཡང་འདོད་པའི་ཁམས་ན་འགྲོ་བ་ལྟ་ཆར་ལ་ཡོད་ལ། ཉི་ཆོ་

བའི་སེམས་ཅན་དཔྱལ་བ་ཁ་ཅིག་ལ་ཡང་ཡོད་ལ། སེམས་ཅན་དཔྱལ་བ་ཆེན་པོ་ན་  
མེད་དོ། །གཞན་དག་ན་རེ་དེ་དག་ན་ཡང་ལྷགས་ཀྱི་ཐོ་ལུམ་འབར་བ་དང་། ཟངས་  
ཁུ་ལ་སོགས་པས་བགྲས་པ་ཉི་བར་འཛོམས་པའི་ཕྱིར་ཟས་སུ་ཉི་བར་བཏགས་པ་  
ཡོད་དོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །ཟས་ཀྱི་དོན་ནི་དབང་པོ་རྣམས་ཆེམ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར་དེ་ནི་མི་རིགས་སོ་སྟུམ་དུ་སེམས་སོ། །ཟས་ལྷག་མ་རྣམས་ནི་ཁམས་གསུམ་  
ཅར་ན་ཡང་དམིགས་སོ། །གང་གི་ཆེ་འདུ་བྱེད་རྣམས་ནི་རྒྱ་བདུན་གྱིས་གནས་པར་  
འགྱུར་ཏེ། འདི་ལྟར་རེ་ཞིག་དང་པོ་ཁོ་ནར་སྐྱེ་བ་ནི་འདུ་བྱེད་རྣམས་གནས་པའི་རྒྱ་  
ཡིན་ཏེ། འདུ་བྱེད་སྐྱེས་པ་རྣམས་གནས་ཀྱི་མ་སྐྱེས་པ་ནི་མི་གནས་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
སློག་གི་དབང་པོ་དང་ཟས་ཀྱང་ཡིན་ནོ། །སེམས་ལ་དབང་བ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱ་འབྱུལ་  
ཡང་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ནི་ཆོའི་འདུ་བྱེད་སྤངས་ནས་བསྐྱལ་པའི་བསྐྱལ་བ་བས་ལྷག་  
པར་གནས་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྒྱ་དང་རྒྱུན་ཆོགས་པ་ཡང་ཡིན་ཏེ། ཇི་སྤྱད་དུ་རྒྱ་དང་  
རྒྱུན་མ་བྲལ་བ་དེ་སྤྱད་དུ་དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བ་དང་། ལུང་དུ་མ་བསྟན་པའི་ཚུལ་  
རྣམས་ཀྱི་གནས་པའི་རྒྱུན་རྒྱུན་མི་འཆད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ལྷོན་གྱི་ལས་ཀྱི་འཕེན་པ་ཡང་དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བ་དང་ལུང་དུ་མ་  
བསྟན་པའི་ཚུལ་གྱིས་སྒྲུབས་པའི་འདུ་བྱེད་རྣམས་གནས་པའི་རྒྱ་ཡིན་ཏེ་འདི་ལྟར་  
ཕྱི་རོལ་གྱི་དངོས་པོ་ཐུན་མོང་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ལས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པ་རྣམས་  
ཀྱི་འོ། །བར་དུ་གཅོད་པ་མེད་པ་ཡང་འདུ་བྱེད་རྣམས་གནས་པའི་རྒྱ་བདུན་པ་ཡིན་ཏེ།  
འདུ་བྱེད་རང་གི་རྒྱ་ལས་བྱུང་ཞིང་རྒྱ་རྒྱུན་གྱི་རུས་པ་གཏུགས་པ་མེད་པ་དེ་དག་ནི།



འགལ་རྒྱུ་གི་གོགས་དང་མ་ཕྱད་ན་རྒྱུ་གནས་པར་འགྱུར་གྱི། གཞན་དུ་ན་  
 འཇིག་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་འདུ་བྱེད་རྣམས་གནས་པའི་རྒྱ་བདུན་  
 ཡོད་པ་ཡིན་ན། ཅིའི་ཕྱིར། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ཟས་རྣམས་ཁོ་ན་སེམས་ཅན་  
 རྣམས་གནས་པའི་རྒྱར་གསུངས་ཞེ་ན། འདུ་བྱེད་རྣམས་སྒྲེ་བ་ལ་སོགས་པ་གཞན་  
 རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་གནས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་མོད་ཀྱི་འོན་ཀྱང་། ཟས་བཞི་པོ་དེ་དག་ནི་  
 སྒྲོ་མང་པོ་སྒྲ་ཆོགས་པ་དག་གིས་འདུ་བྱེད་རྣམས་གནས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དང་།  
 གཞན་ཡང་ཟས་ལས་གྱུར་པའི་གནས་པ་འདི་ནི་བྱིས་པ་གཞིན་ནུ་ཡན་ཆད་ཀྱིས་  
 ཀྱང་བཟུང་སྒྲ་བ་དང་། འཇུག་སྒྲ་བ་དང་། རྟོགས་པར་སྒྲ་བ་ཡིན་གྱི། གཞན་ནི་དེ་  
 ལྟ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། གཞན་ཡང་ཟས་རྣམས་ཀྱིས་དབང་པོ་དང་། འབྱུང་བ་  
 ཆེན་པོ་རྣམས་མ་འཕེལ་བ་འཕེལ་བར་བྱེད་པ་དང་། བད་ཀྱིས་ཐེབས་པ་རྣམས་  
 ཀྱང་ནད་མེད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་གྱི། གཞན་དག་ནི་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་།  
 གཞན་ཡང་སེམས་ཅན་ཆེ་རིང་པོ་དག་ཀྱང་ཟས་མ་རྟེན་ན་དུས་མ་ཡིན་པར་འཆི་  
 བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་དང་། འདི་ལྟར་སེམས་ཅན་རྣམས་ཟས་བཞིས་གནས་སོ། །

ཞེས་བྱ་བའི་ལམ་འདི་དྲན་པ་ཉི་བར་བཞག་པ་སོགས་སྒྲོ་མ་པ་ལ་འཇུག་  
 སྒྲ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟ་བུས་ན་རྒྱ་ལྟ་པོ་དེ་དག་གིས་སེམས་ཅན་རྣམས་ཟས་  
 ཀྱིས་གནས་པ་ཁོ་ནར་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་ཁམ་གྱི་ཟས་ནི་དྲི་རོ་རེག་བྱའི་སྒྲེ་  
 མཆེད་གསུམ་གྱི་རང་བཞིན་དུ་གྱུར་པ་གང་གི་ཆེ་འཇུབ་དེའི་ཆེ། དབང་པོ་རྟེན་དང་  
 བཅས་པ་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པར་འགྱུར་བ་དེའི་ཕྱིར། འཇུབས་ཀྱང་འཇུབ་ལས་

གྲུང་པ་ཞེས་བྱའོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཁམ་གྱི་ཟས་སྒྲེ་མཆོད་གསུམ་གྱིས་བསྐྱས་ཞེ་ན། འདི་  
ལྟར་དྲི་རོ་རེག་བྱེ་རྣམས་ལེགས་པར་ཞུ་བས་ནི་དབང་པོ་རྟེན་དང་བཅས་པ་འཕེལ་  
བར་བྱེད་ལ། མི་མཐུན་པར་ཞུ་བས་ནི་འགྲིབ་པར་བྱེད་གྱི། གཟུགས་ལ་སོགས་པ་  
ནི་འཕེལ་བའི་ཕྱིར་ཡང་འདྲུ་བར་མི་འགྱུར་འགྲིབ་པའི་ཕྱིར་ཡང་འདྲུ་བར་མི་འགྱུར་  
བས། དེའི་ཕྱིར་དྲི་རོ་རེག་བྱེ་སྒྲེ་མཆོད་གསུམ་པོ་ཁོ་ན་ཁམ་གྱི་ཟས་ཡིན་ནོ། །དེ་  
ལ་དྲི་རོ་རེག་བྱེ་སྒྲེ་མཆོད་གསུམ་པོ་རྣམས་ནི། ལྷ་ལྷེ་ལུས་གྱི་དབང་པོ་རྣམས་  
གྱིས་ཁམ་ཁམ་དུ་བཅུད་ལོངས་སྟོན་པའི་ཕྱིར་ཁམ་ཡང་ཡིན་ལ། ལོངས་སྟོན་པ་  
དེའི་འོག་ཏུ་འདྲུ་བའི་ཆོ། དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་རྟེན་དང་བཅས་པ་འཕེལ་བ་དང་  
རྒྱས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཟས་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལ་ཁམ་གྱི་ཟས་རྣམས་ནི་འདྲུ་བའི་ཆོ་  
ཁོ་ན་ཟས་སུ་བརྗོད་པར་བྱའོ། །ལོངས་སྟོན་པའི་ཆོ་ན་ནི་ས་ཡིན་ཏེ་གང་གི་ཆོ་  
ལོངས་སྟོན་པའི་ཆོ་ན་དེ་དག་གི་དབང་པོ་འཕེལ་བའི་བྱ་བ་མི་བྱེད་གྱི། འདྲུ་བའི་ཆོ་  
ཁོ་ན་བྱ་བ་དེ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཁམ་གང་ཞིག་ཟ་བའི་ཆོ་ཡིད་དུ་འོང་བས་དབང་པོ་རྣམས་ཆོས་པར་བྱེད་  
པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཁམ་ཟས་གྱི་སྒྲོ་ནས་དབང་པོ་རྣམས་ཆོས་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་གྱི།  
དེའི་ཆོ་ཡུལ་ཡིད་དུ་འོང་བ་ལོངས་སུ་གཙོད་པར་བྱེད་པའི་རེག་པའི་ཟས་གྱི་སྒྲོ་ནས་  
ཟ་བ་པོའི་དབང་པོ་རྣམས་ཆོས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་ཅི་ལྟར་ཤེས་ཞེ་ན། ཅི་  
སྟེ་ལོངས་སྟོན་པའི་ཆོ། ཁམ་གྱི་ཟས་གྱི་བྱ་བ་བྱེད་ན། འོ་ན་ནི་གཟུགས་གྱི་སྒྲེ་  
མཆོད་ཀྱང་ཁམ་གྱི་ཟས་སུ་འགྱུར་ཏེ། འདི་ལྟར་གང་གི་ཆོ། དྲི་རོ་རེག་བྱེ་སྒྲེ་

མཆེད་རྣམས་རང་རང་གི་དབང་པོས་ཡོངས་སྟོན་པ་དེའི་ཆེ་ཡིད་དུ་འོང་བའི་སྟོ་  
 རས་བཟའ་བ་པོའི་དབང་པོ་ཆེམ་པར་བྱེད་པ་ལྟར། ཁམ་གྱི་ཟས་བཟང་པོའི་  
 གཟུགས་མཐོང་བ་ན་ཡང་། དབང་པོ་ཆེམ་པའི་བྱ་བ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅི་སྟེ་ཁམ་  
 ཟས་ལ་འདོད་ཆགས་དང་མ་བྲལ་བ་དག་གིས་ཁམ་ཟས་ཀྱི་གཟུགས་མཐོང་བའི་  
 ཆེ་དབང་པོ་རྣམས་ཆེམ་པ་ནི་རིག་བྱའི་ཟས་ཡིན་གྱི། ཁམ་གྱི་ཟས་ནི་མ་ཡིན་ཏེ།  
 ཁམ་ཟས་ལ་འདོད་ཆགས་དང་མ་བྲལ་བ་དག་གིས་ཟས་ཀྱི་གཟུགས་མཐོང་ཡང་  
 དབང་པོ་ཆེམ་པར་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དང་། གང་གི་ཆེ་ཁམ་གྱི་ཟས་ཡོངས་སྟོན་པ་  
 དེའི་ཆེ་ཁམ་ཟས་ཀྱི་གཟུགས་ནི་རང་གི་དབང་པོའི་སྟོན་ཡུལ་ལས་འདས་པས་དེ་  
 ལ་པན་མི་འདོགས་པའི་ཕྱིར་ཡང་ཁམ་གྱི་ཟས་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གཞན་དག་ཟེར་རོ། །

འདི་ལ་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། ཁམ་ཟས་ཀྱི་གཟུགས་མཐོང་བའི་ཆེ་འདོད་  
 ཆགས་དང་མ་བྲལ་བ་དག་གི་དབང་པོ་ཆེམ་པར་བྱེད་ལ། འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་  
 བ་དག་གི་དབང་པོ་ཆེམ་པར་མི་བྱེད་དོ་ཞེས་སྟེ་བ་འདི་ལ་རྒྱ་ཅི་ཞིག་ཡོད། ཅི་སྟེ་  
 འདོད་ཆགས་དང་མ་བྲལ་བ་དག་གིས་ཁམ་ཟས་ཀྱི་གཟུགས་མཐོང་བའི་ཆེ། དེ་ལ་  
 སྟེད་པའི་སྟོ་རས་དེ་ཉིད་ཡིད་དུ་འོང་བའི་རྣམ་པར་ཡོངས་སུ་གཅོད་པར་བྱེད་ལ།  
 འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་དག་གིས་མཐོང་བ་ན་དེ་ལ་སྟེད་པ་དང་བྲལ་བས་ཡིད་དུ་  
 འོང་བའི་རྣམ་པར་ཡོངས་སུ་གཅོད་པ་མེད་ལ། དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་གི་དབང་པོ་ཆེམ་  
 པ་དང་ཆེམ་པ་མིན་པའི་བྱེད་པར་ཡོད་སྟུང་དུ་སེམས་ན། དེ་ལྟར་ན་དྲི་རོ་རིག་བྱའི་  
 སྟེ་མཆེད་གསུམ་ཡང་། རང་གི་དབང་པོས་ཡོངས་སྟོན་པའི་ཆེ་བ་པོའི་དབང་པོ་



ཆེམ་པར་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་རེག་པའི་ཟས་ཡིན་གྱི་ཁམ་གྱི་ཟས་མ་ཡིན་ནོ་  
ཞེས་བྱ་བར་འགྱུར་ཏེ། དེ་དག་ཀྱང་ཁམ་ཟས་ལ་འདོད་ཆགས་དང་མ་བུལ་བ་  
རྣམས་ཀྱིས་རང་གི་དབང་པོས་ཡོངས་སྟོན་པའི་ཆེ། ཡིད་དུ་འོང་བའི་རྣམ་པར་  
ཡོངས་སུ་གཙོད་པར་བྱེད་གྱི་ཁམ་ཟས་ལ་འདོད་ཆགས་དང་བུལ་བ་དག་གིས་དེ་  
ལྟར་ཡོངས་སུ་མི་གཙོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གལ་ཏེ་འདོད་ཆགས་དང་བུལ་བ་དག་གིས་དྲི་རོ་རེག་བྱའི་སྒྲེ་མཆེད་དག་  
ལ་བྱེད་པའི་སྒྲོ་ནས་ཡིད་དུ་འོང་བའི་རྣམ་པར་ཡོངས་སུ་མི་གཙོད་ཀྱང་། ཡུལ་གྱི་  
སྟོབས་ཀྱིས། བདེ་བ་སྦྱང་འགྱུར་གྱི་རེག་པ་སྒྲེ་ལ། དེ་ལས་བདེ་བའི་ཆོར་བ་སྒྲེ་ལ།  
ཆོར་བ་བདེ་བའི་སྟོབས་ཀྱིས་དབང་པོ་རྣམས་ཆེམ་པར་བྱེད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན།  
དེ་ལྟར་འདོད་ཆགས་དང་བུལ་བ་དག་གིས་ཁམ་ཟས་ཀྱི་གཟུགས་མཐོང་བའི་ཆེ་  
ཡུལ་གྱི་སྟོབས་ཀྱིས་བདེ་བ་སྦྱང་འགྱུར་གྱི་རེག་པ་སྒྲེ་བའི་ཕྱིར་དེ་ཡང་ཁམ་གྱི་ཟས་  
ཡིན་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་ཡོངས་སྟོན་པའི་ཆེ་ཁམ་གྱི་ཟས་ཀྱི་བྱ་བ་བྱེད་ན་  
གཟུགས་ཀྱི་སྒྲེ་མཆེད་ཀྱང་ཁམ་གྱི་ཟས་ཡིན་པ་ལྟོག་པར་མི་རྣམས་པའི་ཕྱིར། འདྲ་  
བའི་ཆེ་ཁོ་ན་ཁམ་གྱི་ཟས་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་གནས་སོ། །དེ་བས་ན་ཁམ་གང་  
བཟའ་བའི་ཆེ་ཡིད་དུ་འོང་བས་དབང་པོ་རྣམས་ཆེམ་པར་བྱེད་པ་དེ་ནི་རེག་པའི་  
གཟུགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ཡིན་གྱི་ཁམ་གྱི་ཟས་ནི་མ་ཡིན་ལ། དེ་ཉིད་ཟོས་པའི་འོག་  
ཏུ་འདྲ་བ་ན་དབང་པོ་རྟེན་དང་བཅས་པ་ལ་ཕན་པ་ཉི་བར་སྦྱར་ན། ལུ་བའི་ཆེ་ཁམ་  
གྱི་ཟས་ཡིན་པར་བརྗོད་པར་བྱའོ། །ཅི་སྟེ་འདྲ་བའི་ཆེ་དབང་པོ་ལ་ཕན་པ་མེད་ན་

ནི་དེའི་ཆེ་བས་མ་ཡིན་ནོ། །ཡང་ཁམ་གང་ཞིག་ཟ་བའི་ཆེ་ཡིད་དུ་མི་འོང་བས་ཟ་བ་  
 པོའི་དབང་པོ་ཆེས་པར་མི་བྱེད་པ་དེ་ནི་དེའི་ཆེ་བས་གང་ཡང་མ་ཡིན་ལ། འཇུ་བའི་  
 ཆེ་དབང་པོ་རྟེན་དང་བཅས་པ་འཕེལ་བར་འགྱུར་ན་འཇུ་བའི་ཆེ་ཁམ་གྱི་བས་ཡིན་ལ།  
 འཇུ་བའི་ཆེ་ཡང་དབང་པོ་ལ་ཕན་འདོགས་པར་མི་བྱེད་པ་དེ་ནི་དེའི་ཆེ་ཡང་བས་མ་  
 ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་ཁམ་གང་ཞིག་ལོངས་སྤྱོད་པའི་ཆེ་རིག་པའི་བས་ཀྱི་དམིགས་  
 པའི་བྱ་བ་བྱེད་ལ་འཇུ་བའི་ཆེ་ཁམ་གྱི་བས་སུ་འགྱུར་བ་ཡང་ཡོད། དེ་ལས་བསྐྱོག་  
 པ་ཡང་ཡོད། གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་ཡང་ཡོད། གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པ་ཡང་ཡོད་དོ། །ཁམ་  
 གང་ཡིན་པ་བས་ཀྱང་དེ་ཡིན་ནམ། བས་གང་ཡིན་པ་ཁམ་ཡང་དེ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན།  
 སུ་བཞིར་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ལ་ཁམ་ཡིན་ལ་བས་མ་ཡིན་པ་ནི། དྲི་རོ་རིག་བྱའི་  
 སྟེ་མཆེད་གང་འཇུ་བའི་ཆེ་དབང་པོ་དང་རྟེན་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་རྣམས་ལ་ཕན་  
 འདོགས་པ་མ་ཡིན་པའོ། །བས་ཡིན་ལ་ཁམ་མ་ཡིན་པ་ཡང་ཡོད་དོ། རིག་པ་དང་  
 ཡིད་ལ་སེམས་པ་དང་། རྣམ་པར་གྲེས་པ་གང་། དབང་པོ་རྟེན་དང་བཅས་པ་  
 འཕེལ་བ་བྱེད་པ་རྣམས་སོ། །གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་ཡང་ཡོད་དེ། ཁམ་གང་ཞིག་འཇུ་  
 བའི་ཆེ། དབང་པོ་རྟེན་དང་བཅས་པ་འཕེལ་བར་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པའོ། །གཉིས་  
 ཀ་མ་ཡིན་པ་ཡང་ཡོད་དེ། རིག་པ་དང་། སེམས་པ་དང་། རྣམ་པར་གྲེས་པ་གང་  
 དབང་པོ་རྟེན་དང་བཅས་པ་འཕེལ་བར་མི་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པའོ། །དེ་ལ་ཁམ་གྱི་  
 བས་ནི་རིགས་པ་ཡང་ཡོད་ལྷ་བ་ཡང་ཡོད་དེ། འདི་ལྷར་འདོད་པའི་ལྷ་རྣམས་དང་།  
 མེར་མེར་པོ་ལ་སོགས་པའི་གནས་སྐབས་གང་ཡིན་པའི་ཁམ་གྱི་བས་གང་ཡིན་པ་

དེ་ནི་ཕྱ་བ་ཡིན་ནོ། ཟས་དེ་དག་ནི་ལུས་ལ་གྲིས་པའི་སྒྲོ་ནས་དབང་པོ་རྟེན་དང་  
བཅས་པ་ལ་ཕན་འདོགས་པར་བྱེད་གྱི་ཕྱི་ས་དང་རྒྱ་མཐུན་ལ་སོགས་པ་མི་འབྱུང་  
བའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་ལས་གཞན་པའི་ཟས་ནི་རགས་པ་ཡིན་ནོ། །འདྲུ་བའི་ཆོ་ན་དྲངས་ས་  
རྒྱམས་གྱིས་དབང་པོ་རྟེན་དང་བཅས་པ་འཕེལ་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དང་། བརྟེན་གས་  
མ་རྒྱམས་ཕྱི་ས་དང་རྒྱ་མཐུན་དུ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་ཡང་སྤྲིད་པ་བར་མ་དོ་  
ལ་སོགས་པ་རྒྱམས་གྱི་ཁམས་གྱི་ཟས་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ཀྱང་ཕྱ་བ་ཡིན་ནོ། །  
རེག་པའི་ཟས་ནི་ཡིད་དུ་འོང་བའི་ཡུལ་ཡོངས་སུ་གཙོད་པར་བྱེད་པའི་རེག་པས་  
དབང་པོ་དང་བཅས་པའི་ལུས་ལ་ཕན་འདོགས་པའི་ཕྱིར་ཡུལ་གྱིས་ཀྱང་ལས་གྱུར་  
པ་ཞེས་བྱའོ། །རེག་པ་གང་ཡིན་པ་ཟས་ཀྱང་དེ་ཡིན་ནམ། ཟས་གང་ཡིན་པ་རེག་  
པ་ཡང་དེ་ཡིན་ནམ་ཞེན། དེ་ཡང་མུ་བཞིར་འབྱུང་ཏེ། དེ་ལ་རེག་པ་ཡིན་ལ་ཟས་  
མ་ཡིན་པ་ནི་སྤྲུག་བསྐྱེད་དང་། ཡིད་མི་བདེ་སྤྱོད་བར་འབྱུང་བའི་རེག་པ་གང་ཡིན་  
པ་སྟེ། དེས་ནི་དབང་པོ་རྟེན་དང་བཅས་པ་ལ་ཕན་མི་འདོགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཟས་  
ཡིན་ལ་རེག་པ་མ་ཡིན་པ་ཡང་ཡོད་དེ། ཁམས་གྱི་ཟས་ལ་སོགས་པ་གཞན་རྒྱམས་སོ། །  
གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་ཡང་ཡོད་དེ། ཁམས་དང་སེམས་ལ་སོགས་པ་དབང་པོ་རྟེན་དང་  
བཅས་པ་ལ་ཕན་མི་འདོགས་པ་གང་ཡིན་པའོ། །སེམས་དཔའ་དང་རྒྱམ་པར་གྲེས་  
པའི་ཟས་ལ་ཡང་མུ་བཞི་ཅི་རེགས་པར་སྤྱུར་བར་བྱའོ། །ཡིད་ལ་སེམས་པའི་ཟས་  
ནི་ཡིད་དུ་འོང་བའི་ཡུལ་ལ་རྒྱམ་པར་གྲེས་པ་གཡོ་བར་བྱེད་པའི་སེམས་དཔའ་གང་



ཡིན་པ་སྟེ། དེ་ནི་འདོད་བྱའི་དངོས་པོ་དང་འབྲེལ་བའི་རེ་བའི་དབང་གིས་དབང་པོ་  
 ཉེན་དང་བཅས་པ་ལ་ཕན་འདོགས་པའི་ཕྱིར་རེ་བས་ཀྱང་རེ་བ་ལས་གྱུར་པའི་ཟས་  
 ཞེས་བྱའོ། །རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཟས་ནི་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྟེ། དེའི་  
 དབང་གིས་ལུས་གྲུབ་ཟིན་གནས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་དང་བུལ་ན་ལུས་རུལ་  
 བ་ལ་སོགས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་དེ་ནི་ལེན་པས་ཀྱང་ལེན་པ་ལས་  
 གྱུར་པའི་ཟས་ཞེས་བྱའོ། །ཡུང་པོ་གསུམ་ནི་གཟུགས་དང་འདྲ་བྱེད་དང་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པའོ། །ཁམས་བརྩ་གཅིག་ནི། རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཁམས་བརྩན་དང་། སྤྱི་རོ་  
 རེག་བྱ་དང་། ཆོས་ཀྱི་ཁམས་རྣམས་སོ། །སྒྲེ་མཆེད་ལྷ་ནི་སྤྱི་རོ་རེག་བྱ་དང་ཆོས་  
 དང་ཡིད་ཀྱི་སྒྲེ་མཆེད་རྣམས་སོ། །དེ་རྣམས་ཀྱི་ཕྱོགས་གཅིག་ནི་ཟས་བཞིས་བསྐྱུས་  
 པ་རྣམས་སོ། །གང་གིས་གནས་པར་བྱེད་པའི་ཟས་ཆོས་ཙམ་དུ་ཤེས་པ་ན་དེས་  
 གནས་པར་བྱ་བ་ཡང་ཆོས་ཙམ་དུ་ཤེས་པས་བདག་ཟས་ཀྱི་གནས་པར་མངོན་པར་  
 ཞེན་པ་སྒྲིང་ངོ། །

ཡང་ཟས་རྣམ་པ་བཞི་པོ་དེ་དག་ནི། མདོར་བསྡུ་ན་རྣམ་པ་བཞིས་རྣམ་  
 པར་བཞག་སྟེ། འདི་ལྷ་སྟེ། མ་དག་པའི་ལུས་གནས་པར་བྱེད་པའི་ཟས་ནི་འདོད་  
 པ་ན་སྦྱོད་པའི་སོ་སོ་སྦྱེ་བོ་རྣམས་ཀྱི་སྟེ། འཆིང་བ་མཐའ་དག་དང་ལྷན་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 དག་མ་དག་གཉིས་ཀའི་ལུས་གནས་པར་བྱེད་པའི་ཟས་ནི་སྦྱོབ་པ་དང་། གཟུགས་  
 དང་གཟུགས་མེད་པ་ན་སྦྱོད་པ་རྣམས་ཀྱི་སྟེ། འཆིང་བའི་ལྷག་མ་ལུས་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 དག་པའི་ལུས་གནས་པར་བྱེད་པ་ནི་དགྲ་བཙུན་པ་རྣམས་ཀྱི་སྟེ། འཆིང་བ་ཐམས་

ཅད་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་བྱིར་རོ། །ཟས་ཀྱི་གནས་པར་ཀུན་དུ་སྟོན་པས་ཀྱང་  
 ཟས་སུ་ལྟ་སྟེ། དེ་ཡང་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་མཐུ་ཆེན་པོ་དང་  
 ལུན་པ་རྣམས་ཀྱི་སྟེ། གཞན་སྣ་དུ་ཟས་ཀྱི་གནས་པར་ཀུན་དུ་སྟོན་པའི་བྱིར་རོ། །  
 འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་དང་འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་གཅིག་ཟུངས་ལས་འདས་པ་  
 མ་གཏོགས་པ་ནི་གོང་མ་དང་བཅས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་ལས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པའི་  
 ཆོས་གཞན་ཡོད་པའི་བྱིར་རོ། །ཆོས་ཀྱི་ཁམས་དང་སྟེ་མཆེད་ཀྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀི་ཟུངས་  
 ལས་འདས་པ་བོར་བའོ། །གོང་མ་དང་བཅས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དེ་ལས་གོང་དུ་  
 དེས་པར་འབྱུང་བར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར་རྗེས་ངན་པ་ཡིན་ལ་དེ་ཡང་ཆོས་ཙམ་དུ་  
 ཤེས་པ་ན་བདག་དེར་མངོན་ཞེན་པ་སྤོང་ངོ་། །འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་གཅིག་ཟུངས་  
 ལས་འདས་པ་ནི་གོང་ན་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ནི་དེ་བཞིན་ཉིད་རྣམ་པར་དག་  
 པའི་རང་བཞིན་ཡིན་པས་དེ་ལས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པའི་ཆོས་གཞན་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །  
 གང་ཞིག་གོང་ན་མེད་པ་དེ་ནི། འབད་དེ་དེས་པར་འབྱུང་བར་བྱ་བ་ཡིན་པས་རྗེས་ཀྱི་  
 མཆོག་ཅེས་བྱ་ལ། དེ་ཆོས་ཙམ་དུ་ཤེས་པ་ན་བདག་དེར་མངོན་པར་ཞེན་པ་སྤོང་ངོ་། །

གསུམ་པ་དབྱེ་བ་ཆད་མེད་དུ་བསྟན་པ་ནི་སྤྱིར་བཤད་པའི་ཚུལ་དེ་ལྟར་ན།  
 མཆོན་ཉིད་དང་དངོས་པོའི་རྐང་གྲངས་དང་དགོས་པ་གསུམ་གསུམ་གྱི་སྒྲོ་ནས་  
 བཤད་པའི་ཚུལ་འདིས་སྤང་བོ་ཁམས་དང་སྟེ་མཆེད་ཀྱི་རྣམ་པའི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བའི་  
 ཚུལ་ཆད་མེད་དེ། སྤྱོད་སྤྱོད་པ་སོ་སོ་ཡང་དག་པའི་བྱེ་བྲག་གིས་ཡུལ་མཐའ་ཡས་  
 པའི་བྱིར་རོ། །གཉིས་པ་ཀུན་བརྟགས་སོགས་གསུམ་དུ་དབྱེ་བ་ནི། ཡང་རྗེས་ཡོད་

ལ་སོགས་པའི་དབྱེ་བ་རྣམས་མདོར་བསྡུ་ན། རྣམ་པ་གསུམ་དུ་འགྱུར་དེ། འདི་  
ལྟར། ཀུན་བརྟགས་པ་ལ་སོགས་པའོ། །གང་ཟག་ལ་བདག་མེད་པའི་ཚུལ་གྱིས་ངོ་  
བོ་ཉིད་གསུམ་སྟོན་པ་དེ་ལས་ཀུན་བརྟགས་པ་ནི། བདག་གཞི་ཡུང་པོ་དང་ཁམས་  
དང་སྐྱེ་མཆེད་རྣམས་ལ་བདག་ལ་སོགས་པ་བ་བ་པོའི་རང་བཞིན་དུ་གང་ཀུན་དུ་  
རྟོག་པས་བརྟགས་པ་གང་ཡིན་པའོ། །དེ་ལ་ར་རྒྱལ་བསྐྱེད་པས་ན་བདག་ཅེས་མ།  
ཞུམ་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཡིན་པས་ན་སེམས་ཅན་དང་། རིས་མཐུན་གནས་པས་  
སྟོག་དང་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པའི་དབང་གིས་སྐྱེ་བས་ན། སྐྱེ་བ་དང་། ཁམ་བས་  
ཀྱི་རྒྱས་པར་བྱེད་པས་ན། གསོ་བ་པོ་དང་། ཡང་དང་ཡང་དུ་འགོ་བ་རྣམས་སུ་རྟེན་  
པས་ན་གང་ཟག་དང་། གཙུ་བོར་ཡིད་ཀྱི་ལས་ལས་བསྐྱེད་པས་ཤེད་ལས་སྐྱེས་དང་།  
ར་རྒྱལ་སྤྱང་བར་བྱེད་པས་ན། ཤེད་བྱུང་ཤེད་བདག་ཅེས་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་གང་  
ཟག་གི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཡིན་ནོ། །རྣམ་པར་བརྟགས་པའམ་གཞན་གྱི་དབང་གི་  
ངོ་བོ་ཉིད་ནི་ཡུང་པོ་དང་ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་སྤྱར་ཇི་སྐྱད་བཤད་པའི་མཚན་ཉིད་  
ཅན་དེ་དག་ཡིན་ནོ། །ཆོས་ཉིད་དམ་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པའི་ངོ་བོ་ནི། གདགས་གཞི་  
ཡུང་པོ་དང་ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་རྣམས་ལ་བདག་ལ་སོགས་པ་ཀུན་བརྟགས་པའི་  
དངོས་པོ་དེ་དག་གཞིར་མ་ནས་མེད་ཅིང་། མི་རྟག་པ་དང་སྟོང་པ་ལ་སོགས་པ་  
བདག་མེད་པའི་རང་བཞིན་གྱི་ཆོས་ཅམ་དུ་ཡོད་པའོ། །ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་པའི་  
ཚུལ་གྱི་ངོ་བོ་ཉིད་གསུམ་ནི་འོག་ཏུ་འཆད་པར་འགྱུར་རོ། །

གསུམ་པ་མཚན་ཉིད་སོགས་བཞིར་དབྱེ་བ་ལ་དངོས་དང་དེ་ཤེས་པའི་



ཡན་ཡོན་གཉིས་ལས་དང་པོ་ལ། མཚན་ཉིད་ཀྱི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་ནི། སྤང་པོ་ལྔ་དང་  
ཁམས་བཙུང་བ་ཀྱང་། སྐྱེ་མཆེད་བཅུ་གཉིས་རྣམས་ཀྱི་སོ་སོ་རང་གི་མཚན་ཉིད་སྤང་  
ཆི་སྐད་བཤད་པ་རྣམས་ཏེ་གཟུགས་སུ་རུང་བའི་མཚན་ཉིད་ཅན་དང་། ཉམས་སུ་  
སྤྱང་བའི་མཚན་ཉིད་ཅན་དང་། ཞེས་པ་ལ་སོགས་པའོ། །

རྣམ་པས་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་ནི། རྫས་ཡོད་དང་བྱུགས་ཡོད་ལ་སོགས་པ་  
སྤང་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་རྒྱས་པར་ཆི་སྐད་བསྟན་པ་རྣམས་སོ། །ལུས་ཀྱི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་ནི།  
སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ལུས་ཐ་དད་ཆི་སྐད་ཡོད་པ་དེ་སྐད་ཀྱིས་བསྟན་པའི་སྤང་པོ་  
དང་ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་ཀྱང་དེ་སྐད་ཡོད་དོ། །རྒྱན་ཀྱི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་ནི། སྤང་པོ་  
ལ་སོགས་པ་དེ་རྣམས་ཆི་སྐད་རྒྱན་མ་ཆད་ཀྱི་བར་དུ། སྐད་ཅིག་རེ་རེ་ཞིང་འབྱུང་བ་  
གང་ཡིན་པའོ། །དེ་རྣམས་ཤེས་པའི་ཡན་ཡོན་ནི། འདི་ཐམས་ཅད་ནི་ཡོངས་སུ་  
ཤེས་པའི་དོན་ཅན་ཡིན་ལ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ཡང་སྤྱང་བའི་འབྲས་བུ་ཅན་ཡིན་ན་  
མཚན་ཉིད་ལ་སོགས་པའི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་ལ་མཁས་པས་ཅི་ཞིག་ཡོངས་སུ་ཤེས་  
ཤིང་སྤྱང་ཞེ་ན། སྤང་པོ་ལ་སོགས་པའི་མཚན་ཉིད་ལ་མཁས་པས་ནི། དེ་དག་ལ་  
གཅིག་སྤྱང་བྱེད་པ་པོ་དང་ཟ་བ་པོའི་བདག་ཏུ་མངོན་པར་ཞེན་པའི་འབྲུལ་གཞི་  
ཡོངས་སུ་ཤེས་ནས་སྤྱང་བར་འབྱུང་རོ། །རྣམ་པའི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་ལ་མཁས་པས་ནི།  
དེ་རྣམས་ལ་རིལ་པོའི་བདག་གཅིག་ཏུ་འདུ་ཤེས་ཤིང་འཛིན་པ་སྤྱང་། ལུས་ཀྱི་དབྱེ་  
བ་ལ་རབ་ཏུ་མཁས་པས་ནི། སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་རྒྱད་སོ་སོ་ཐ་དད་པར་རྟོགས་  
པས་ལས་མ་བྱས་པར་དེའི་འབྲས་བུ་དང་སྤང་བ་དང་། ལས་བྱས་ཀྱང་དེའི་རྣམ་

སྒྲིན་རྒྱུད་ཟ་བའི་འདུ་ཤེས་ཡོངས་སུ་ཤེས་ཤིང་སྒྲོང་བར་འགྱུར་རོ། །རྒྱུན་གྱི་རབ་ཏུ་  
དབྱེ་བ་ལ་མཁས་པས་ནི་སྤང་པོ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་སྒྲིད་ཅིག་རེ་རེ་ཞིང་སྒྲེ་འགག་  
བྱེད་པར་རྟོགས་པས་དེ་རྣམས་བརྟན་པ་ཐེར་བྱས་ཏུ་འཛིན་པའི་འདུ་ཤེས་ཡོངས་སུ་  
ཤེས་ཤིང་སྒྲོང་རོ། །

བཞི་པ་ཕྱི་ལྷས་སོགས་དུག་ཏུ་དབྱེ་བ་ནི། ཡང་སྤང་པོ་དང་ཞེས་པ་ལ་  
སོགས་པ་སྟེ། དེ་ལ་ཕལ་ཆེར་འདོད་པ་ན་སྒྲོད་པའི་སྤང་པོ་ཁམས་དང་སྒྲེད་མཆོད་  
རྣམས་ནི་འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་ལ་སྒྲིད་པ་འཕེལ་བ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པས་ཕྱི་རོལ་  
ཏུ་བལྟས་པ་ཡིན་ནོ། །ཕལ་ཆེར་ཞེས་པ་ནི། ཆོས་དབྱིངས་རྟོགས་པའི་རྒྱ་འཐུན་  
པའི་ཆོས་ཀྱི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བའི་ཐོས་པ་དང་སེམས་ཉིད་ལ་སོགས་པ་ནི་ཕྱི་རོལ་ཏུ་  
བལྟས་པར་མ་གཏོགས་པས་དེ་འདོན་པའི་ཕྱིར་རོ། །མཉམ་པར་བཞག་པའི་ས་པ་  
ཐམས་ཅད་ནི་སྒྲོམས་འདུག་ལ་སྒྲིད་པ་འཕེལ་བ་དང་རྗེས་སུ་འཐུན་པས་ནང་ཏུ་  
བལྟས་པ་ཡིན་ནོ། །སོ་སོ་སྒྲེ་བོ་རྣམས་ཀྱི་ནི་ཐོག་མ་དང་ཐ་མ་ངེས་པར་མི་ཟེན་པའི་  
ཕྱིར་རྒྱུན་རིང་བ་ཡིན་ནོ། །སྒྲོབ་པ་རྣམས་དང་མི་སྒྲོབ་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཐ་མའི་  
སྤང་པོ་ལ་སོགས་པ་མ་གཏོགས་པ་ནི། དུས་འདི་ཙམ་དང་སྒྲེ་བ་འདི་ཙམ་ཞིག་ཏུ་  
རྒྱུན་འདུག་གི། དེ་ཡན་ཆད་དུ་མ་ཡིན་ཞེས་པའི་ངེས་པ་ཡོད་པས་ན། དུས་ཡོངས་  
སུ་ཆད་པ་ཞེས་བྱའོ། །མི་སྒྲོབ་པ་རྣམས་ཀྱི་ཐ་མའི་སྤང་པོ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲིད་ཅིག་  
ཕྱི་ལོགས་སུ་རྒྱུན་ཆད་པའི་ཕྱིར་དེའི་དུས་ལ་ཞེས་བྱའོ། །སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའ་དབང་དམ་པའི་ལ་རོལ་དུ་སོན་པ་རྣམས་ནི་གདུལ་བྱ་ལ་སྤང་པོ་ལ་

སོགས་པར་ཀུན་དུ་སྟོན་པ་ཙམ་ཡིན་གྱི། རང་རྒྱུད་ཀྱིས་བསྟུས་པ་མེད་པས་ཀུན་དུ་  
 སྟོན་པ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལྟར་ཚེས་རབ་དུ་རྒྱུ་ལ་འབྲེད་གྱི་ཤེས་རབ་འཕེལ་བའི་དོན་དུ་  
 རབ་དུ་དབྱེ་བ་བསྟན་ནས་སེམས་དམིགས་པ་ལ་མངོན་པར་བསྟུས་ཏེ་ཞི་གནས་  
 གྲུབ་པའི་དོན་དུ་བསྟུས་པ་བསྟན་པར་བཞེད་ནས། བསྟུས་པ་གང་ཞིན་ཞེས་  
 སོགས་གསུངས་སོ། །དེ་ཡང་དབྱེ་བ་དང་། སོ་སོའི་ངོ་བོ་དང་། དེ་ལ་མཁས་པའི་  
 ཕན་ཡོན་གསུམ་གྱིས་རིག་པར་བྱའོ། །

དབྱེ་བ་ནི། རྒྱུ་པ་བཅུ་གཅིག་དུ་བལྟ་ཏེ། ཞེས་པ་ལ་སོགས་པའི་སོ་སོའི་  
 ངོ་བོ་ནི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་བསྟུས་པའི་ཚུལ་ནི། སྤང་བོ་ལ་སོགས་པའི་སོ་སོ་རང་གི་  
 མཚན་ཉིད་གཟུགས་སུ་རུང་བ་ནས་ཡིད་གྱི་ཤེས་པ་དམིགས་པའི་སྒྲོ་ནས་སྒྲེ་བའི་  
 སྒྲོར་གྱུར་པའི་བར་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ཉིད་ཀྱིས་རང་རང་གི་མཚན་གཞི་དེ་དང་དེ་  
 དག་བསྟུས་པའོ། །ཁམས་ཀྱིས་བསྟུས་པ་ནི། སྤང་བོ་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་ནི།  
 ས་བོན་ཐམས་ཅད་པའི་ཀུན་གཞིའི་རྒྱུ་པར་ཤེས་པས་བསྟུས་ཏེ། དེ་ལ་དེ་རྒྱུ་པས་  
 ཀྱི་ས་བོན་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རིགས་ཀྱིས་བསྟུས་པ་ནི་སྤང་བོ་ལྟ་དང་། ཁམས་  
 བཙུ་བརྒྱུད་དང་སྒྲེ་མཆེད་བཅུ་གཅིག་རྒྱུ་པས་ནང་ཕན་ཚུན་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཐ་  
 དད་པ་ཡིན་ཡང་། སྤང་བོའི་དོན་སྤངས་པ་ལ་སོགས་པ་དབང་བཙུན་པར་བྱས་ན་  
 སྤང་བོ་ལྟ་ཀྱི་ཡང་དེར་རིགས་གཅིག་པའི་ཕྱིར་དང་། ཁམས་དང་སྒྲེ་མཆེད་ཀྱི་དོན་  
 ཉིད་སྤྱོད་འཛིན་པ་དང་། སྒྲེ་བོའི་སྒྲོ་བྱེད་པ་དབང་བཙུན་པར་བྱས་ན་དེ་དག་གྲང་  
 ཕན་ཚུན་རིགས་གཅིག་པའི་ཕྱིར་ཐམས་ཅད་གྲང་ནང་ཕན་ཚུན་བསྟུས་པར་བལྟའོ། །



གནས་སྐབས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པ་ནི། བདེ་བའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཕུང་པོ་ལ་སོགས་པ་  
 རི་བདེ་བའི་གནས་སྐབས་དེ་དག་ཉིད་ཀྱིས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ལ། དེ་བཞིན་དུ་སྐྱེ་ག་  
 བསྐྱེད་པ་དང་བཏང་སྟོམས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཕུང་པོ་ལ་སོགས་པ་ཡང་གནས་  
 སྐབས་དེ་དག་ཉིད་ཀྱིས་བསྐྱེད་པར་བལྟའོ། །ཤྱོགས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པ་ནི་སྐྱེད་བྱ་  
 གཟུགས་ཀྱི་ཕུང་པོ་ལ་ཁོར་དང་བཅས་པ་ནི་སྐྱེད་བྱེད། དེ་ལས་གཞན་པའི་ཕུང་པོ་  
 ཤྱོགས་སུ་གྱུར་པ་ལྷ་ཀས་བསྐྱེད་ཏེ་དེ་བཞིན་དུ་དེ་ལས་གཞན་པའི་ཕུང་པོ་ཆོར་བ་  
 ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱང་རང་གི་ཤྱོགས་ཕུང་པོ་ལྷ་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བསྐྱེད་ཞེས་  
 བྱ་བ་ནས། ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་ཀྱང་རང་གི་ཤྱོགས་སུ་གྱུར་པའི་སྐྱེ་མཆེད་གཞན་  
 རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱེད་སོ་ཞེས་པའི་བར་དུ་སྐྱུར་རོ། །ཤྱོགས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པ་དང་དུས་  
 ཀྱི་སྐྱེས་པ་ནི་གོ་སྒྲུབ་བར་ཟད་དོ། །ཤྱོགས་གཅིག་གིས་བསྐྱེད་པ་ནི། ཕུང་པོ་ལ་  
 སོགས་པས་བསྐྱེད་པའི་ཆོས་ཚུལ་བྲིམས་ལ་སོགས་པའི་ཕུང་པོ་དང་། འདོད་པ་ལ་  
 སོགས་པའི་ཁམས་དང་། རྣམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་སྐྱེ་མཆེད་ལ་སོགས་པའི་ཕུང་པོ་  
 ལ་སོགས་པའི་མིང་ཅན་ཇི་སྟེད་པ་དེ་དག་གཟུགས་ཀྱི་ཕུང་པོ་ལ་སོགས་པ་གང་  
 ཡང་རུང་བ་རེ་རེས་བསྐྱེད་པ་ནི་ཤྱོགས་གཅིག་གིས་བསྐྱེད་པ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལ་  
 ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་ཕུང་པོ་ནི་གཟུགས་ཀྱི་ཕུང་པོའི་ཤྱོགས་གཅིག་ལུས་ངག་གི་ལས་  
 ཀྱིས་བསྐྱེད་སོ། །ཏིང་ངེ་འཛིན་དང་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕུང་པོ་ནི་འདུ་བྱེད་ཀྱི་ཕུང་པོའི་  
 ཤྱོགས་གཅིག་གིས་བསྐྱེད་སོ། །འདོད་པ་དང་གཞོན་སེམས་དང་རྣམ་པར་འཆོ་  
 བའི་ཁམས་ནི་ཆོས་ཀྱི་ཁམས་ཀྱི་ཤྱོགས་གཅིག་གིས་བསྐྱེད་སོ། །རྣམ་མཁའ་

མཐའ་ཡས་སྒྲེ་མཆེད་ལ་སོགས་པ་ནི་ཡིད་དང་ཚུལ་གྱི་སྒྲེ་མཆེད་ཀྱི་ཕྱོགས་གཅིག་གིས་བསྟུས་སོ། །མཐའ་དག་གིས་བསྟུས་པ་ནི་ཕུང་པོ་ལ་སོགས་པའི་བསྟུས་པའི་ཚུལ་སྟུག་བསྟུལ་གྱི་ཕུང་པོ་དང་། འདོད་པའི་ཁམས་དང་། འདུགས་མེད་པའི་སྒྲེ་མཆེད་ལ་སོགས་ཕུང་པོ་དང་ཁམས་དང་སྒྲེ་མཆེད་ཀྱི་མིང་ཅན་ཇི་སྟེད་པ་དེ་དག་འདིར་བཤད་པའི་ཕུང་པོ་ལ་སོགས་པ་མ་ལུས་པས་བསྟུས་པ་རྣམས་ནི་མཐའ་དག་གིས་བསྟུས་པ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལ་སྟུག་བསྟུལ་གྱི་ཕུང་པོ་ནི་ཉེ་བར་ལེན་པའི་ཕུང་པོ་ལྷ་ཀས་བསྟུས་སོ། །འདོད་པའི་ཁམས་ནི་ཁམས་བཅོ་བརྒྱད་པོ་བམས་ཅད་ཀྱིས་བསྟུས་སོ། །འདུགས་མེད་པའི་སྒྲེ་མཆེད་ནི་དྲིའི་སྒྲེ་མཆེད་མ་གཏོགས་པ་གཟུགས་ཅན་ཏོགས་པའི་སྒྲེ་མཆེད་བཅུ་པོ་བམས་ཅད་ཀྱིས་སྟུས་སོ། །གཅིག་གིས་གཅིག་བསྟུས་པ་ལ་གཞི་ལས་རེ་ཞིག་ཕུང་པོ་ལྷ་ཁམས་དང་སྒྲེ་མཆེད་ཀྱིས་བསྟུས་པའི་ཚུལ་ནི། གཟུགས་ཀྱི་ཕུང་པོ་ཁམས་དང་སྒྲེ་མཆེད་དུ་དག་གིས་བསྟུས་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་སྟེ། གོ་སྤྱོད་བར་བཤད་དོ། །

གཉིས་པ་ཁམས་བཅོ་བརྒྱད་ཕུང་པོ་དང་སྒྲེ་མཆེད་ཀྱིས་བསྟུས་པའི་ཚུལ་ནི་མིག་གི་ཁམས་ཕུང་པོ་དང་སྒྲེ་མཆེད་དུ་དག་གིས་བསྟུས་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པའོ། །གསུམ་པ་སྒྲེ་མཆེད་བཅུ་གཉིས་ཕུང་པོ་དང་ཁམས་ཀྱིས་བསྟུས་པའི་ཚུལ་ནི། མིག་གི་སྒྲེ་མཆེད་ཕུང་པོ་དང་ཁམས་དུས་བསྟུས་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པའོ། །བཞི་པ་རྣམ་གྲངས་གཞན་ཡང་དེར་བསྟུ་བ་ནི། ཚུལ་གསུམ་པན་ཚུན་བསྟུས་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཕུང་པོ་ལ་སོགས་པ་འདིར་བསྟན་པ་དེ་རྣམས་ལས་མིང་གཞན་པའི་ཚུལ་ཚུལ་གྱི་

ཡུང་པོའི་མིང་གིས་བསྟན་པ་དང་ཁམས་མདོན་པའི་མདོར་ཁམས་དུག་བཙུ་བསྟན་  
 པ་དང་ཟད་པར་དང་། ཟེལ་གཞོན་ལ་སོགས་པའི་སྒྲེ་མཆེད་ཀྱི་མིང་གིས་བཏགས་  
 པ་གང་ཡིན་པ་རྣམས་དང་། གང་ཡང་ཡུང་པོ་ཁམས་དང་སྒྲེ་མཆེད་ཀྱི་མིང་གིས་  
 རོན་གཞན་དུ་མ་བསྟན་པ་འདི་ལྟ་སྟེ། རྗེས་ཡོད་བཏགས་ཡོད་ལ་སོགས་པ་ནས་  
 གོང་བཅས་གོང་མེད་ཀྱི་བར་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། ཡུང་པོ་ལ་སོགས་པས་  
 བསྟུས་པར་ཇི་ལྟར་མཐུན་མཐུན་དུ་སྦྱར་བར་བྱ་སྟེ། དེ་ནི་སྒྲར་རབ་དབྱེའི་ཐད་དུ་  
 རྒྱས་པར་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

རོན་དམ་པས་བསྟུས་པ་ནི་ཆོས་ཅན། ཡུང་པོ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ནི་ཆོས་  
 ཉིད་དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱིས་བསྟུས་ཏེ། ཡུང་པོ་ལ་སོགས་པ་དེ་རྣམས་ནི་དམར་པོ་  
 བདག་མེད་པའི་རང་བཞིན་ཅན་དེ་བཞིན་ཉིད་ལས་མི་འདའ་བའི་བྱིར་རོ། །ཡང་  
 འཇིག་རྟེན་གྱི་གྲགས་པ་དང་མཐུན་པར་བསྟུས་པ་རྣམས་པ་དུག་དུ་ལྟ་ཏེ། དེ་ཡང་  
 གང་ཞེ་ན། གཞིའི་གནས་ཀྱིས་བསྟུས་པ་ནི། དཔེར་ན་མི་རྣམས་ནི་འཛམ་གུ་གླིང་  
 གིས་བསྟུས་པའོ། །རི་དགས་རྣམས་ནི་དགོན་པས་བསྟུས་སོ། །ཞེས་པ་ལྟར་མིག་  
 ལ་སོགས་པས་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་བསྟུས་པར་རིག་པར་བྱའོ། །  
 འཆིང་བས་བསྟུས་པ་ནི་དཔེར་ན་བྲག་པ་ལ་སོགས་པས་ཤིང་ཁུར་ལ་སོགས་པ་  
 བསྟུས་ཤིང་བཅིངས་པ་བཞིན་དུ་ལུས་ཀྱི་དབང་པོས་མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་  
 གཞན་རྣམས་བཅིངས་པའོ། །རོན་མཐུན་པས་བསྟུས་པ་ནི་དཔེར་ན། དགོས་པ་  
 ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་མི་ཡིད་བཙུགས་པ་རྣམས་པན་ཚུན་བརྟེན་པ་དེ་བཞིན་དུ།



དམིགས་པ་གཅིག་ལ་འབྱུང་བའི་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་འཆུངས་པར་ལྷན་  
པ་རྣམས་ཀྱང་གཅིག་གིས་གཅིག་བསྐྱས་སོ། །ཉེ་བར་འཛིན་པས་བསྐྱས་པ་ནི།  
དཔེར་ན་རྩེ་པོས་བྲན་ལ་སོགས་པ་བདག་གིར་ཡོངས་སུ་བབྱུང་བ་བཞིན་དུ། ཀུན་  
གཞི་རྣམ་ཤེས་ཀྱིས་ལུས་བབྱུང་པའོ། །རྣམ་པར་མི་འཕྲོ་བས་བསྐྱས་པ་ནི། དཔེར་  
ན་བུམ་པས་ཁུ་གཟུང་བ་བཞིན་དུ། ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱིས་དེ་ལས་གཞན་པའི་སེམས་  
དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་དམིགས་པ་ལ་གཟུང་བ་ཡིན་ཅོ། །མངོན་པར་  
བསྐྱད་པས་བསྐྱས་པ་ནི། དཔེར་ན་རྒྱ་མཚོར་ཁུ་རྣམས་བསྐྱས་པ་དེ་བཞིན་དུ་  
གཟུགས་ཀྱི་ཕུང་པོས་མིག་ལ་སོགས་པ་བསྐྱས་པའོ། །འདིར་ནི་མངོན་པར་སྐྱད་  
པའི་བསྐྱས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས། སྐྱས་པ་རྣམ་པ་བཅུ་གཅིག་དུ་རིག་པར་བྱའོ་  
ཞེས་འབྲེལ་བ་ལས་འཆད་དོ། །

གསུམ་པ་བསྐྱུ་བ་ལ་མཁས་པའི་ཕན་ཡོན་ནི། དམིགས་པ་ལ་སེམས་  
མངོན་པར་སྐྱད་པའི་ཕན་ཡོན་འཕྲོ་བ་ཉེ་བསྐྱས་པ་ལ་མཁས་པ་ན་ཚེས་གཅིག་གིས་  
ཀྱང་གཞན་རྣམས་བསྐྱས་པ་ཁོང་དུ་ཁྱད་པས་ཚེས་གཅིག་ལ་དམིགས་ན་ཡང་ཀུན་ལ་  
དམིགས་པར་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཇི་ལྟ་ཇི་ལྟར་དམིགས་པ་མངོན་པར་སྐྱད་པ་དེ་  
ལྟ་དེ་ལྟར་ཞིག་ནས་དང་ལྟག་མཐོང་གི་དག་བའི་རྩ་བ་གོང་ནས་གོང་དུ་མངོན་པར་  
འཕེལ་བར་འབྱུང་བ་ཡིན་ཅོ། །དེ་ལྟར་བསྐྱས་པ་བསྐྱན་ནས་བདག་མེད་རྟོགས་  
པའི་ཆེད་དུ་མཆུངས་པར་ལྷན་པ་བཤད་པར་བཞེད་ནས་མཆུངས་པར་ལྷན་པ་གང་  
ཞེན་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་སོ། །དེ་ཡང་དབྱེ་བ་དང་། སོ་སོའི་ངོ་བོ་དང་།

དེ་ཤེས་པའི་ཕན་ཡོན་གསུམ་གྱིས་རིག་པར་བྱའོ། །དབྱེ་བ་ནི་རྣམ་པ་དྲུག་ཏུ་ལྟ་སྟེ་  
 ཞེས་པའོ་སོ་སོའི་རོ་བོ་ལ་ཐ་དད་པ་མེད་པས་མཆུངས་པར་ལྟན་པ་ནི། རྗེས་  
 སོགས་རྩལ་ཕྱ་རབ་ཀྱི་ཕྱོགས་ལ་ཆོགས་པ་གཅིག་པའི་འབྱུང་བ་དང་འབྱུང་འབྱུང་  
 ལ་སོགས་པའི་ཕྱོགས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཡུལ་འགོག་པ་ཐ་དད་པ་མེད་པར་གཅིག་ན་  
 གནས་པའོ། །དཔེར་ན་འཛིམ་པའི་རིལ་བུ་གཅིག་གི། འབྱུང་བ་གཞན་རྣམས་དང་  
 འབྱུང་འབྱུང་རྣམས་དེ་ལ་ཡོད་པའི་སའི་རྩལ་གྱི་ཤར་ན་གནས་སོ། །ཞེས་པའམ་  
 རྩབ་ན་གནས་སོ་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པར་བརྗོད་པར་མི་རུས་ཏེ། ཀྱན་གྱུར་གོ་ས་  
 གཅིག་ན་གནས་པའི་ཕྱིར་རོ། ཞེས་པའི་དོན་ཏོ། །

འདྲེས་པར་གྱུར་པའི་མཆུངས་པར་ལྟན་པ་ནི། རྩལ་ཕྱ་རབ་ལས་གོང་མ་  
 ཕྱོགས་ཅན་རགས་པ་རྣམས་ཕན་ཚུན་འདྲེས་པར་གྱུར་པ་སྟེ། དཔེར་ན་ཚུནྟག་མ་  
 ཅན་གྱི་ནང་དུ་ཚུད་དང་། སའི་རྩལ་རྣམས་འདྲེས་པ་ལྟ་བུའོ། །ཕྱད་པས་མཆུངས་པར་  
 ལྟན་པ་ནི། ཕྱོགས་ཀྱི་ཆ་དང་ལྟན་པའི་འདུས་པ་རགས་པ་རྣམས་ཕན་ཚུན་ཕྱད་པ་  
 སྟེ་འདི་ལྟར་རྩྱིག་པ་ལ་འཛིམ་གོང་དང་། འཛིམ་གོང་གཞན་ཕྱད་པ་ལྟ་བུའོ། །ལྟན་  
 ཅིག་འབྱུང་བའི་མཆུངས་པར་ལྟན་པ་ནི། ཕྱད་པོ་ལ་སོགས་པ་རྒྱད་གཅིག་ལ་ལྟན་  
 ཅིག་ཏུ་འབྱུང་བས་ལའོད་པ་སྟེ། འདི་ལྟར་ཐོག་མ་དང་བར་དང་ཐ་མ་གསུམ་དུ་སྟེ་  
 བ་ལ་སོགས་པ་གཅིག་པ་རྣམས་སོ། །བྱ་བ་སྐྱབ་པའི་མཆུངས་པར་ལྟན་པ་ནི།  
 དགོ་སྟོང་གཉིས་ལྷུང་བ་བཤགས་པ་ལ་སོགས་པ་རྩྱེད་པ་གང་ཡང་རུང་བ་ལ་  
 གཅིག་གིས་བཤགས་ཡུལ་བྱས་ནས་གཅིག་གིས་བཤགས་པ་བྱེད་པ་ལྟ་བུ་ཕན་

ཚུན་མཚུངས་པར་ཞུགས་པའོ། །མཐུན་པར་རྟོགས་པས་མཚུངས་པར་ལྟན་པ་ནི།  
 སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་ཚེས་རྟེན་གཅིག་ལ་གནས་ནས་དམིགས་པ་  
 གཅིག་དུས་གཅིག་ཏུ་མཐུན་པར་རྟོགས་པ་རྣམས་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཁྱད་པར་དབྱེད་  
 པ་ནི་དེ་ཡང་གཞན་གྱི་དངོས་པོ་དང་མཚུངས་པར་ལྟན་པ་ཡིན་གྱི་རང་གི་དངོས་པོ་  
 དང་མ་ཡིན་ནོ་འདི་ལྟར་སེམས་ནི་སེམས་གཞན་དང་མཚུངས་པར་ལྟན་པ་མ་ཡིན་  
 ཞིང་། ཚོར་བ་ཡང་ཚོར་བ་གཞན་དང་མཚུངས་པར་ལྟན་པ་མ་ཡིན་པ་ལ་སྟོགས་  
 པའོ། །འདིས་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་གཉིས་པོ་རྩིས་ཐང་དང་པར་བསྟན་པ་  
 ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་དེ་དག་རྩིས་གཅིག་ན་ནི་རང་གི་དངོས་པོ་ཁོ་ན་དང་མཚུངས་པར་  
 ལྟན་པར་འགྱུར་གྱི་གཞན་གྱི་དངོས་པོ་དང་མཚུངས་པར་ལྟན་ཞེས་པ་ནི་མིང་ཅམ་  
 དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་ཡང་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་རྩིས་  
 གཅིག་ཡིན་ན་དེའི་ཕྱིར་སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་ནི་སེམས་ཀྱི་ཆ་ལ་བཏགས་པའི་  
 ཕྱིར། །བཏགས་པར་ཡོད་པ་ཁོ་ནར་འགྱུར་ལ། དེ་ལྟར་རྣམ་པར་གཏན་ལ་དབབ་  
 པ་བསྟུ་བ་ལ་སྟོགས་ལས་སེམས་བྱུང་རྣམས་ལ་རྩིས་ཡོད་དང་བཏགས་ཡོད་གྱི་  
 ཁྱད་པར་འབྱེད་པ་མི་རུང་བར་འགྱུར་བ་དང་། ཡང་དེ་ནི་དེ་ལས་དགེ་སྦྱོང་དང་  
 བྲམ་བེ་ལ་ལ་མིང་ལས་སེམས་ཅམ་ཞིག་རྩིས་སུ་འདོད་ལ་སེམས་ལས་བྱུང་བ་ཡི་  
 ཚེས་རྣམས་ནི་མི་འདོད་པ་གང་དག་ཡོད་པ་དེ་དག་ཀྱང་མི་འཐད་དོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་  
 ཞེན་དང་པོ་ཁོ་ནར་ལུང་པོ་རྣམས་ལྟ་ཁོ་ནར་བསྟན་པ་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་  
 པ་ལ་སྟོགས་པས་ཉེས་པ་རྣམས་བཞོད་ནས་འཇུག་བསྟུད་པ། ལྟ་ཉིད་འཐད་པ་མེད་



ཕྱིར་དང་། །དེའི་གནས་སྐབས་སྒྲིམ་ཕྱིར་དང་། །བྱེད་རྒྱ་བྱེ་བྲག་མེད་ཕྱིར་དང་། །  
ལུང་དང་འགལ་བར་འགྱུར་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གང་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །བསྐྱུས་པའི་  
དོན་ནི་འདི་ཡིན་ནོ། །ལུང་པོ་ལྷ་ར་མི་འཐད་པར་འགྱུར་ཏེ། ཚོར་བ་ལ་སོགས་པའི་  
སེམས་ལས་བྱུང་བ་ཡི་ལུང་པོ་རྣམས་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཆ་ཡིན་པས་རྣམ་པར་ཤེས་  
པའི་ལུང་པོ་དང་། གཟུགས་ཀྱི་ལུང་པོ་གཉིས་ཁོ་ནར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྷ་ར་  
ན་གཟུགས་ཀྱང་ལུང་པོ་ལ་སོགས་པར་མི་འཐད་པར་འགྱུར་ཏེ། ཡང་དག་པར་ན་  
རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལས་རྫས་ཐ་དད་པའི་གཟུགས་ཀྱང་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཞེ་ན། གཟུགས་ནི་ཡང་དག་པར་མ་གྲུབ་ཀྱང་ཐ་སྙད་དུ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
ལས་ལོགས་སུ་རྫས་སུ་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། བརྗོད་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་མི་ལྟོས་པར་རང་  
དབང་དུ་མིག་ལ་སོགས་པ་དབང་པོ་རྣམས་ཀྱི་ཡུལ་དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཕྱིར་  
དེ་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལས་ལོགས་སུ་འཛོག་པར་རིགས་པ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་  
སེམས་དེ་ཉིད་གནས་སྐབས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ལས་ཚོར་བ་ལ་སོགས་པ་དེ་དང་དེར་  
འཛོག་པས་མི་འགལ་ཅེ་ན། སེམས་ཀྱི་གནས་སྐབས་དེ་དག་ལ་སེམས་ལས་  
མཆོན་ཉིད་མི་འདྲ་བའི་བྱུང་བར་ཡོད་དམ་མེད། དང་པོ་ལྷ་ར་ན་སེམས་ལ་གཞན་  
ཁོ་ནར་འགྱུར་ཏེ། སེམས་ལས་ཐ་དད་པའི་ཡུལ་འཛིན་པའི་བྱ་བ་བྱེད་པའི་སྒྲིམ་  
དེ་ལས་མཆོན་ཉིད་ཐ་དད་པ་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། སེམས་ལས་ཐ་དད་པའི་ཡུལ་  
དམིགས་པའི་བྱ་བ་མི་བྱེད་ན་སེམས་དང་མཆོན་ཉིད་ཐ་དད་པའི་ཤེས་རིག་དུ་མི་  
རུང་སྟེ། ཤེས་རིག་རྣམས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་མི་འདྲ་བ་ཐ་དད་པ་ནི་ཡུལ་དམིགས་པའི་

བྱ་བ་ཐ་དད་པས་གཞག་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །ཅི་སྟེ་སེམས་ཀྱི་གནས་སྐབས་དེ་  
 རྣམས་སེམས་དང་མཚན་ཉིད་ཐ་དད་པ་མེད་ན་ནི། དེའི་བྱིར། དེ་དག་རྣམ་ཤེས་  
 ལས་ལྷུང་བོ་ལ་སོགས་པར་མི་འབྲད་པའི་ཐལ་བ་སོན་གནས་པ་ཡིན་ནོ། །དོན་  
 ཅུང་ཡོངས་སུ་གཅོད་པའི་སེམས་དེ་ཉིད་སེམས་གདུང་ལ་སོགས་པ་དོན་གྱི་ཁྱད་  
 བར་ཡོངས་སུ་གཅོད་པར་བྱེད་པའི་གནས་སྐབས་གཞན་དུ་འགྱུར་བར་ཡང་མིང་  
 བཏགས་ཏེ། སྐད་ཅིག་གཅིག་ལ་གང་གིས་གནས་སྐབས་གཞན་ལ་ཉེན་པར་  
 འགྱུར་བའི་བྱེད་རྒྱའི་ཁྱད་པར་གཞན་མ་དམིགས་པའི་བྱིར་རོ། །

སེམས་ཅུང་ཞིག་རྫས་སུ་ཡོད་པར་སྒྲ་བ་ནི། འདོད་ཆགས་ཀྱིས་ཉེ་བར་  
 ཉོན་མོངས་པ་ཅན་དུ་གྱུར་པ་དང་། ཞེ་སྤང་དང་གཏི་མུག་གིས་ཉེ་བར་ཉོན་མོངས་  
 པ་ཅན་དུ་གྱུར་པའི་སེམས་ནི་རྣམ་པར་གྲོལ་བར་མི་འགྱུར་ཞེས་གསུངས་པའི་ལུང་  
 དང་ཡང་འགལ་བར་འགྱུར་ཏེ། སེམས་རང་བཞིན་གྱིས་འོད་གསལ་བ་དང་།  
 འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་སེམས་ལས་ལྷུང་བ་དག་དོན་གཞན་ཡིན་ན། འདོད་  
 ཆགས་ལ་སོགས་པས་སེམས་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་དུ་བྱེད་པར་རིགས་ཀྱི།  
 གཞན་དུ་ན་གང་གིས་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པར་བྱེད་པའི་ཚེས་དང་། གང་ཀུན་  
 ནས་ཉོན་མོངས་པར་འགྱུར་བའི་ཚེས་གཉིས་ཅིག་ཅར་འབྱུང་བ་མེད་ན་ཅི་ཞིག་  
 ཅིས་འཆིང་སྟེ། རང་ཉིད་ཀྱིས་རང་འཆིང་བར་བྱེད་པའི་བྱེད་པ་འཇུག་པ་འགལ་  
 བའི་བྱིར་རོ། །གཞན་ཡང་ལྷན་ཅིག་སྒྲིམ་པའི་ཚོར་བ་དང་འདུ་ཤེས་དང་སེམས་  
 དཔའ་ཞེས་དང་ཚེས་འདི་དག་ནི་འདྲེས་པ་སྟེ་མ་འདྲེས་པ་མ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་

དང་ཡང་འགལ་ཏེ། ལྷན་ཅིག་སྒྲིམ་པ་མེད་ན་འདྲེས་པའི་སྒྲིམ་མི་རུང་ཞིང་། བ་དད་  
 པ་མེད་པ་ལ་ཡང་ལྷན་ཅིག་པའི་སྒྲིམ་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བས་ན་སེམས་དང་  
 སེམས་ལས་བྱུང་བ་ནི་རྫས་བྱ་དད་པ་མོ་ནང་རིགས་སོ། །མཐུན་པར་ཁྱོགས་པའི་  
 མཚུངས་པར་ལྷན་པ་དེ་ནི། དག་བའི་སེམས་དང་དག་བའི་སེམས་ལས་བྱུང་བ་ལྷ་  
 བུ་རོ་བོ་མཐུན་པ་གཉིས་མཚུངས་པར་ལྷན་པ་ཡིན་གྱི། དག་བ་ཡི་སེམས་དང་མི་  
 དག་བའི་སེམས་བྱུང་སོགས་རོ་བོ་མི་མཐུན་པ་གཉིས་མ་ཡིན་ནོ། །ད་ལྟར་བའི་  
 སེམས་དང་ད་ལྟར་བའི་སེམས་བྱུང་ལྷ་བུ་དུས་འདྲ་བ་གཉིས་ཡིན་གྱི། འདས་པའི་  
 སེམས་དང་མ་འོངས་པའི་སེམས་བྱུང་ལྷ་བུ་དུས་མི་འདྲ་བ་གཉིས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །  
 འདོད་པ་ན་སྒྱེད་པའི་སེམས་དང་། དེའི་ས་པའི་སེམས་བྱུང་ལྷ་བུ་མཐུན་པའི་  
 ཁམས་དང་ས་པ་གཉིས་ཡིན་གྱི། འདོད་པའི་སེམས་དང་བསམ་གཏན་དང་པོའི་  
 སེམས་བྱུང་ལྷ་བུ་མི་མཐུན་པའི་ཁམས་དང་ས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །མཚུངས་ལྷན་གྱི་  
 རྣམ་པའི་དབྱེ་བ་ནི། དུས་ཐམས་ཅད་ཀུན་དུ་འགྲོ་བའི་མཚུངས་པར་ལྷན་པ་ནི།  
 ཚོར་བ་ལ་སོགས་པའི་ཀུན་འགྲོ་ལྷ་དང་། རྣམ་པར་གཤེས་པ་རྣམས་ཏེ། གནས་  
 སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ་འདི་དག་ལས་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་མེད་ན་ཡང་མེད་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་མཚུངས་ལྷན་དུས་ཐམས་ཅད་དུ་ཀུན་དུ་འགྲོ་བ་ནི་  
 ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་དང་། དེ་དང་ལྷན་ཅིག་པའི་མ་རིག་པ་ལ་སོགས་པའི་  
 ཉོན་མོངས་པ་བཞི་རྣམས་སོ། །

དུས་རེས་འགའ་སེམས་ལ་མཚུངས་པར་ལྷན་པ་ནི། དད་པ་ལ་སོགས་



པའི་དགེ་བ་རྣམས་དང་། འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་དང་། ཁྲོ་བ་  
 ལ་སོགས་པའི་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་དེ། སེམས་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་  
 དང་རྣམ་པར་བྱང་བའི་དུས་དེ་དང་དེར་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །གནས་སྐབས་ཀྱི་  
 མཚུངས་པར་ལྡན་པ་སོགས་ནི་གོ་བར་བྱད་དོ། །འདྲིས་པའི་མཚུངས་པར་ལྡན་པ་ནི།  
 སོ་སོ་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ཀྱི་སེམས་དང་། སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་དང་། སྒྲོ་བ་པ་དང་མི་  
 སྒྲོ་བ་པའི་སེམས་དང་སེམས་བྱུང་དེ་དག་ལས་ཀྱང་ཁ་ཅིག་འཇིག་རྟེན་པའི་དགེ་བ་  
 དང་། མ་སྒྲིབས་ལ་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་དང་། ཉོན་མོངས་ཅན་རྣམས་ནི་རང་གི་  
 རིགས་ཅན་ལ་ལོར་བ་ཐོག་མེད་ནས་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ལ་ལོར་བར་འདྲིས་པ་ཞེས་བྱའོ། །  
 མ་འདྲིས་པའི་མཚུངས་པར་ལྡན་པ་ནི་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་སེམས་དང་  
 སེམས་ལས་བྱུང་བ་སྐད་གཅིག་མ་དང་བོ་སྐྱུག་བསྐྱུལ་ཚེས་ཤེས་པའི་བཟོད་པ་དང་།  
 དེའི་འོག་དུ་བྱུང་བའི་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་ཇི་སྟེད་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་ལས་  
 འདས་པའི་རྗེས་ལས་ཐོབ་པ་དེ་བཞིན་ཉིད་དུ་སྒྲུང་བ་གང་ཡིན་པ་རྣམས་ནི།  
 ལ་ལོར་བར་མ་འདྲིས་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ་ལ་ལོར་བར་གནས་པའི་དུས་ན་དེ་དག་གི་རིགས་  
 ཅན་རྒྱད་ལ་འབྱུང་མ་སྟེང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་འོག་མ་ཞེས་པ་རྣམས་ནི་སྐད་གཅིག་  
 གཉིས་པ་མན་ཆད་འདྲིས་པ་ཡིན་ནམ་སྟུམ་དུ་དོགས་པ་བསལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །  
 མཚུངས་པར་ལྡན་པ་ལ་མཁས་པའི་པན་ཡོན་ནི། བདག་དང་བྲལ་བ་ཡི་སེམས་  
 ཅུམ་ཞིག །ཚོར་བ་ལ་སོགས་པ་དང་ཆགས་སོགས་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་།  
 དད་སོགས་རྣམ་པར་བྱང་བའི་ཚེས་རྣམས་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པ་དང་། མི་ལྡན་

པའི་ཚུལ་ཤེས་པར་འགྱུར་ལ། །དེ་ལྟར་ཤེས་པ་ན་ཡང་། བདག་དགོ་སྒྲིག་གི་རྣམ་  
 པར་སྒྲིན་པ་སེམ་གདུང་སོགས་ཆོར་ཞིང་ཉམས་སུ་སྦྱོང་བར་བྱེད་དོ། །ཐ་སྦྱང་གི་  
 མཆོམ་མ་འདུ་ཤེས་པར་བྱེད་དོ། །དགོ་བ་སོགས་ལ་སེམས་མཛོན་པར་འདུ་ཤེས་  
 ཞིང་སེམས་པར་བྱེད་དོ། །སྒྲར་མཐོང་ཐོས་ཀྱི་སྦྱོང་བའི་དོན་ལ་དྲན་པར་བྱེད་དོ། །  
 ཆགས་སོགས་ཀྱིས་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་ཤིང་དང་སོགས་ཀྱི་རྣམ་པར་བྱུང་བར་  
 བྱེད་དོ། །ཞེས་མཛོན་པར་ཞེན་པ་སྦྱོང་ཞིང་བདག་མེད་པའི་ཚུལ་ལ་འདུག་པར་  
 འགྱུར་རོ། །

དེ་ལྟར་ན་མཚུངས་པར་ལྟན་པར་བཤད་ནས་དེའི་འོག་ཏུ་འབྱོར་རྒྱུད་ལ་  
 ཆགས་སྒྲར་སྦྱོང་བའི་ཆེད་དུ་ལྟན་པ་བཤད་པར་བཞེད་ནས་ལྟན་པ་གང་ཞེ་ན།  
 ཞེས་སོགས་གསུངས་ཏེ། དེ་ཡང་མཆོམ་ཉིད་དང་། རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་དང་། ཤེས་པའི་  
 བར་ཡོན་གསུམ་གྱིས་རིག་པར་བྱའོ། །དང་པོ་ལྟན་པའི་མཆོམ་ཉིད་ནི། སྒྲ་མ་ལྟན་  
 མིན་འདུ་བྱེད་འཆད་པའི་ཐད་དུ་བསྟན་པ་ལྟར་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་འཕེལ་འགྲིབ་ཀྱི་  
 གནས་སྐབས་ལ་བཏགས་པར་རིག་པར་བྱའོ། །ཡང་ན་རྣམ་པར་གཏན་ལ་དབབ་  
 པ་བསྟུ་བ་ལས་དེ་ལ་རྒྱུན་བསྐྱབ་པ་ལ་དབང་བ་ནི། ཐོབ་པ་ཞེས་བདགས་ཏེ།  
 དབང་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲེས་བྱ་གང་ཟག་དེ་ཆོས་སྒྲེས་ནས་འགགས་པ་གང་དང་  
 གང་མཛོན་སུམ་དུ་བྱ་བར་འདོད་པ་དེ་སྒྲིད་པའི་སྒྲིབ་སྒྲིབ་བ་སྒྲིབ་བར་ཁོ་ནར་རྒྱུན་  
 སྐྱབ་པར་བྱེད་དོ། །དེ་ལྟར་བས་ན་དེ་ཡང་ཐོབ་པ་ཞེས་བདགས་སོ་ཞེས་གང་  
 གསུངས་པ་ལྟར། ཆོས་གང་ད་ལྟ་ས་པོན་དང་། མཛོན་གྱུར་གང་དུ་ཡང་མི་ལྟན་

ཡང་། རྒྱུ་གྱིས་རྒྱུ་བ་རྩ་རུ་བར་གནས་པ་དེ་ཡང་ཐོབ་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་ཐོབ་  
པའི་ལྷན་པ་དེ་ནི་རྣམ་པ་གསུམ་དུ་འགྱུར་དེ། འདི་ལྟར་ས་བོན་དང་ལྷན་པ་དབང་  
དང་ལྷན་པ་ཀུན་དུ་འབྱུང་བ་དང་ལྷན་པ་འོ། །དེ་ལ་རེ་ཞིག་ཉོན་མོངས་ཅན་རྣམས་  
དང་རྣམ་སྒྲིན་སྒྲེས་ལ་སོགས་པའི་མ་སྒྲིབས་ལུང་མ་བསྟན་གྱི་ཆོས་ཁ་ཅིག་དང་།  
སྒྲེ་བས་ཐོབ་པའི་དགེ་བ་ལ་སོགས་པ་ཆོས་གང་ད་ལྟ་མངོན་གྱུར་དུ་མི་ལྷན་ཡང་  
འབད་ཚུ་ལ་ལ་མི་ལྷོས་པར་རང་གི་རང་གིས་འབྱུང་རུང་དུ་གནས་པ་དེ་དག་ནི་ས་  
བོན་དང་ལྷན་པ་ཞེས་བྱའོ། །སྦྱོར་བ་ལས་བྱུང་བའི་དགེ་བ་རྣམས་དང་། བཟོ་  
གནས་པ་དང་སྒྲུལ་པ་ལ་སོགས་པ་མ་སྒྲིབས་ལ་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པའི་ཆོས། འབད་  
ཚུ་ལ་གྱིས་བསྒྲུབས་པས་འབྱུང་རུང་དུ་གནས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ནི་དབང་དང་  
ལྷན་པ་ཞེས་བྱའོ། །དགེ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་མངོན་འགྱུར་དུ་སྒྲེས་པ་རྣམས་ནི་  
ཀུན་དུ་འབྱུང་བ་དང་ལྷན་པ་ཞེས་བྱའོ། །

དེ་ལྟར་ན་ས་བོན་དུ་ལྷན་པའི་ཆོས་ནི་བརྩ་གཅིག་སྟེ། འདི་ལྟར་ཁམས་  
གསུམ་གྱི་དགེ་བ་སྒྲེས་ཐོབ་དང་ཉོན་མོངས་ཅན་དང་མ་སྒྲིབས་ལ་ལུང་མ་བསྟན་  
རྣམ་སྒྲིན་སྒྲེས་གསུམ་གསུམ་སྟེ་དགྲ་དང་། འདོད་གཟུགས་ཀྱི་སྦྱོད་ལམ་པ་གཉིས་  
རྣམས་སོ། །དབང་དང་ལྷན་པའི་ཆོས་ནི་བདུན་དེ་ཁམས་གསུམ་གྱི་དགེ་བ་སྦྱོར་  
བྱུང་དང་། འདོད་པའི་སྒྲུལ་སེམས་དང་། བཟོ་གནས་པ་གཉིས་དང་། གཟུགས་  
གྱིས་སྒྲུལ་པའི་སེམས་དང་། ཟག་པ་མེད་པ་རྣམས་སོ། །དེ་རྣམས་བསྐྱེད་པ་ནི་  
ཀུན་དུ་འབྱུང་བར་ལྷན་པའི་ཆོས་སོ། །ཆོས་དེ་རྣམས་ལྷན་པ་པོའི་ལྷན་པ་པོའི་གང་



ཟག་དུ་ཞིག་ཡོད་ཅེ་ན་དུག་སྟེ། ཁམས་གསུམ་གྱི་སོ་སོ་སྟེ་བོ་གསུམ་དང་།  
 འཕགས་པའི་གང་ཟག་གསུམ་རྣམས་སོ། །དེ་ལྟར་ཡང་རྣམ་པར་གཏན་ལ་དབབ་  
 བ་བསྟུ་བ་ལས། ཐོབ་པ་དེ་ཡང་མདོར་བསྟུ་ན། རྣམ་པ་གསུམ་དུ་རིག་པར་བྱ་སྟེ།  
 ས་བོན་དང་ལྷན་པ་དང་དབང་དང་ལྷན་པ་དང་། ཀུན་དུ་འབྱུང་བ་དང་ལྷན་པ་འོ། །  
 དེ་ལ་རེ་ཞིག་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་དང་། ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་དང་། སྟེས་ནས་ཐོབ་  
 པའི་དགེ་བའི་ཆོས་ལ་བཅུ་ལ་བར་ཀུན་དུ་འབྱུང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་གི་ས་བོན་  
 རེ་ཞིག་ཞིག་ནས་ཀྱི་ཉམས་པས་ཀྱང་ཉམས་པར་མ་བྱས་ལ། འཕགས་པའི་ལམ་  
 གྱིས་ཀྱང་ཡང་དག་པར་མ་བཅོམ་པ་དང་། དགེ་བ་རྣམས་ཀྱི་ཡང་འདི་ལྟ་སྟེ།  
 དཔེར་ན་དགེ་བའི་རྩ་བ་ཀུན་དུ་གཙད་པ་རྣམས་ཀྱི་ལྟར། ལོག་པར་ལྟ་བས་ཉམས་  
 པར་མ་བྱས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ས་བོན་དང་ལྷན་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། འདི་ལྟར་རི་སྒྲིང་  
 དུ་དེའི་ས་བོན་ཉམས་པར་མ་བྱས་གིང་ཡང་དག་པར་བཅོམ་པ་དེ་སྒྲིང་དུ་ཉོན་  
 མོངས་པ་ཅན་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་ཀུན་དུ་འབྱུང་བ་འཇམ། ཀུན་དུ་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་  
 པ་དེ་དག་དང་ལྷན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དགེ་བའི་ཆོས་མདོན་པར་འདུ་བྱ་བས་  
 བསྐྱེད་པ་རྣམས་དང་། ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་དེ་དག་ཁ་ཅིག་གི་འབྱུང་བའི་རྒྱུ་གྱིས་  
 རྒྱ་ས་བོན་ཡོངས་སུ་བརྟན་པ་ཡོངས་སུ་བྱིན་པ་ནི་དབང་དང་ལྷན་པ་ཞེས་བྱའོ། །ད་  
 ལྟར་གྱི་ཆོས་རྣམས་མདོན་སུམ་གྱི་དངོས་པོ་རང་གི་མཆོན་ཉིད་གྱིས་གྲུབ་པ་ནི།  
 ཀུན་དུ་འབྱུང་བ་དང་ལྷན་པ་ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་གང་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

གང་ཟག་དེ་རྣམས་གང་ལ་ཆོས་གང་ཞིག་ས་བོན་ནམ་དབང་རམ་།

མངོན་གྱུར་གང་དུ་ལྡན་ཞེན་འདོད་པ་ན་སྟོད་པའི་སོ་སོ་སྟེ་བོ་ནི་གཉིས་ཏེ། དགེ་བའི་རྩ་བ་ཀུན་ཏུ་ཆད་པ་དང་ཀུན་དུ་མ་ཆད་པའོ། །དགེ་བའི་རྩ་བ་མ་ཆད་པ་ལ་ཡང་གཉིས་ཏེ་ཡོངས་སུ་བྱ་བ་ལས་འདས་པའི་ཆོས་ཅན་དང་། མི་འདའ་བའི་ཆོས་ཅན་ནོ། ། དང་བོ་ལ་ནི་རང་སའི་ཆོས་གཉིས་དང་གོང་མ་གཉིས་ཀྱི་ཉོན་མོངས་ཅན་གཉིས་ཏེ། ཆོས་དུག་ས་བོན་དུ་ལྡན་ནོ། །གལ་ཏེ་འདོད་པ་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ཞིག་ཡིན་ན། འདོད་པའི་ཉོན་མོངས་ཅན་མི་ལྡན་ལ་གཟུགས་ལ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ཞིག་ཡིན་ན་ཡང་དེའི་ཉོན་མོངས་ཅན་མི་ལྡན་ཏེ། གཞན་རྣམས་ལ་ཡང་ཅི་རིགས་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཁམས་གསུམ་གྱི་དགེ་བ་སྦྱར་བུང་གསུམ་དང་། འདོད་པ་དང་གཟུགས་ཀྱི་སྒྱལ་སེམས་གཉིས་དང་། འདོད་པའི་བཟོ་གནས་དང་། སྟོབ་པ་ཟག་མེད་དེ་ཆོས་བདུན་དབང་དུ་ལྡན་པ་ཡིན་ནོ། །སྟོབ་པ་ཟག་མི་མ་གཏོགས་པའི་སྒར་གྱི་ཆོས་བདུ་གཉིས་མངོན་གྱུར་དུ་ལྡན་པ་སྤྲོད་དོ། །གལ་ཏེ་བྱ་བ་ལས་མི་འདའ་བའི་ཆོས་ཅན་ཞིག་ཡིན་ན། སྟོབ་པ་ཟག་མེད་དབང་དུ་མི་ལྡན་ཏེ། གཞན་རྣམས་སྤྲུལ་ལྟར་རོ། །གལ་ཏེ་དགེ་བའི་རྩ་བ་ཆད་པ་ཞིག་ཡིན་ན་རང་སའི་དགེ་བ་སྦྱེས་ཐོབ་མ་གཏོགས་པ་གཞན་ལྟ་ས་བོན་དུ་ལྡན་ཏེ། དགེ་བའི་རྩ་བ་མ་ཆད་པ་ལ་ལྡན་པ་རྣམས་སོ། །རང་སའི་དགེ་བ་ལུང་མ་བསྟན་སྦྱར་བུང་གཉིས་དབང་དུ་ལྡན་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་ལ་གོང་མའི་ཉོན་མོངས་ཅན་གཉིས་བོར་བ་རྣམས་མངོན་དུ་འགྱུར་པ་ཡིན་ནོ། །

གཟུགས་སུ་སྦྱེས་པའི་སོ་སོ་སྟེ་བོ་ལ་ནི་གོང་མ་གཉིས་ཀྱི་ཉོན་མོངས་ཅན་

གཉིས་དང་། རང་སའི་ལུང་མ་བསྟན་རྣམ་སྒྲིབ་སྒྲེས་དང་། སྒྲོད་ལམ་པ་གཉིས་དང་།  
 དག་བ་སྒྲེས་ཐོབ་དང་ཆོས་ལུ་ས་བོན་དུ་ལྟན་ནོ། །གོང་མ་གཉིས་ཀྱི་དག་བ་སྒྲོར་བྱུང་  
 དང་། འདོད་པའི་སྒྱལ་སེམས་དང་། རང་སའི་སྒྱལ་སེམས་རྣམས་དབང་དུ་ལྟན་ནོ། །  
 དེ་དག་སྒྲེས་པའི་ཆོས་བརྒྱད་མངོན་གྱུར་དུ་ལྟན་པ་སྤྲོད་དོ། །གཟུགས་མེད་པར་  
 སྒྲེས་པ་ལ་ནི། རང་སའི་ཉོན་མོངས་ཅན་དང་། དག་བ་སྒྲེས་ཐོབ་དང་། ལུང་མ་  
 བསྟན་རྣམ་སྒྲིབ་སྒྲེས་གསུམ་པོ་ས་བོན་དུ་ལྟན་ལ་རང་སའི་དག་བ་སྒྲོར་བྱུང་འགའ་  
 ཞིག་དབང་དུ་ལྟན་ལ་དེ་དག་སྒྲེས་པ་མངོན་གྱུར་དུ་ལྟན་ནོ། །འདོད་པའི་འཕགས་  
 པ་གཉིས་ཉེ་སྒྲོབ་པ་དང་མི་སྒྲོབ་པའོ་སྒྲོབ་པ་ལ་ཡང་གཉིས་ཉེ། འདོད་པ་ལས་  
 འདོད་ཆགས་དང་མ་བྲལ་བ་དང་བྲལ་བའོ། །འདི་དག་ནི་འདོད་པའི་བྱིས་པ་  
 ཡོངས་སུ་བྱ་ངན་ལས་འདའ་བའི་ཆོས་ཅན་ལ། རི་ལྟར་རྩིས་པ་ལྟར་བརྩི་བར་བྱ་སྟེ།  
 འདི་དག་ལ་སྒྲོབ་པ་ཟག་མེད་མངོན་གྱུར་དུ་ལྟན་ལ། མི་སྒྲོབ་པ་ཟག་མེད་དབང་དུ་  
 ལྟན་པ་ནི་བྱད་པར་རོ། །མི་སྒྲོབ་པ་ལ་འདོད་པའི་དག་བ་སྒྲེས་ཐོབ་དང་། རྣམ་  
 སྒྲིབ་སྒྲེས་དང་། སྒྲོད་ལམ་པ་རྣམས་ས་བོན་དུ་ལྟན་ལ། ཁམས་གསུམ་ཀྱི་དག་བ་  
 སྒྲོར་བྱུང་དང་མི་སྒྲོབ་པ་ཟག་མེད་དང་། ཁམས་འོག་མ་གཉིས་ཀྱི་སྒྱལ་སེམས་དང་།  
 འདོད་པའི་བཟོ་གནས་པ་རྣམས་དབང་དུ་ལྟན་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་སྒྲེས་པ་ནི་  
 མངོན་གྱུར་དུ་ལྟན་པ་ཡིན་ནོ། །གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་པའི་འཕགས་པ་ཡང་  
 སྒྲོབ་པ་དང་། མི་སྒྲོབ་པ་གཉིས་ཡིན་ལ། དེ་དག་གི་སྒྲོབ་པ་རྣམས་ནི། དེ་དག་གི་  
 བྱིས་པ་རྣམས་དང་འབྲས་ཏེ། སྒྲོབ་པ་ཟག་མེད་དབང་དང་མངོན་གྱུར་གཉིས་ཀར་དུ་



ལྷན་ཞིང་མི་སྒྲོབ་པ་ཟག་མེད་དབང་དུ་ལྷན་པ་ནི་བྱད་པར་རོ། །གཟུགས་ཀྱི་མི་  
 སྒྲོབ་པ་ལ་རང་སའི་དགེ་བ་སྦྱེས་ཐོབ་དང་། ལུང་མ་བསྟན་རྣམ་སྒྲིན་སྦྱེས་དང་། སྒྲོད་  
 ལམ་པ་ས་བོན་དུ་ལྷན་ལ། གོང་མ་གཉིས་ཀྱི་དགེ་བ་སྦྱོར་བྱུང་དང་། འདོད་པ་དང་  
 གཟུགས་ཀྱི་སྒྱུ་ལ་སེམས་དང་། མི་སྒྲོབ་པ་ཟག་མེད་རྣམས་དབང་དུ་ལྷན་ནོ། །དེ་  
 དག་སྒྲུམ་པ་མངོན་གྱུར་དུ་ལྷན་ནོ། །གཟུགས་མེད་པའི་མི་སྒྲོབ་པ་ལ། རང་སའི་  
 དགེ་བ་སྦྱེས་ཐོབ་དང་། ལུང་མ་བསྟན་རྣམ་སྒྲིན་སྦྱེས་ས་བོན་དུ་ལྷན་ལ། རང་སའི་  
 དགེ་བ་སྦྱོར་བྱུང་དང་། མི་སྒྲོབ་པ་ཟག་མེད་དབང་དུ་ལྷན་ཞིང་། དེ་དག་སྒྲུམ་པ་  
 མངོན་གྱུར་དུ་ལྷན་ནོ། །

གཉིས་པ་ལ་ལྷན་པའི་རབ་དབྱེ་ནི། ས་བོན་དང་ལྷན་པ་ལ་སོགས་པ་  
 གསུམ་མོ། །སོ་སོའི་རོ་བོ་ལ་དངོས་དང་དམིགས་བསལ་གཉིས་ལས་དང་བོ་ལ་རེ་  
 ཞིག་ཁམས་གསུམ་གྱི་བྱིས་པའི་ལྷན་པ་ནི་ས་བོན་དང་ལྷན་པ་གང་ཞེ་ན་ཞེས་པ་ལ་  
 སོགས་པ་སྟེ་འདོད་པའི་ཁམས་སུ་སྦྱེས་པར་གྱུར་པའི་བྱིས་པ་ནི། ཁམས་གསུམ་གྱི་  
 འདོད་པ་དང་གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་པའི་ཉོན་མོངས་པ་དང་རང་སའི་དགེ་བ་  
 སྦྱེས་ཐོབ་རྣམས་ས་བོན་དང་ལྷན་པས་ལྷན་ནོ། །དེ་ནི་སོ་སོ་སྟེ་བོ་ཆགས་པ་དང་མ་  
 བྲལ་བའི་དབང་དུ་བྱས་པར་རིག་པར་བྱའོ། །འདོད་པའི་བྱིས་པ་འདོད་པ་ལས་  
 འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་རྣམས་དང་། གོང་མར་སྦྱེས་པའི་བྱིས་པ་རྣམས་ནི་འདོད་  
 པ་ལ་སོགས་པ་ཁམས་འོག་མ་རྣམས་ཀྱི་ཉོན་མོངས་པ་དང་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་  
 རྣམས་ཀྱི་ས་བོན་དང་མི་ལྷན་པ་ཡང་ཡིན་ལ་ལྷན་པ་ཡང་ཡིན་ཏེ་འཇིག་རྟེན་པའི་

གཉེན་པོས་གཞོད་པ་བྱས་པ་དང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་གཉེན་པོས་བག་ལ་  
ཉལ་ལེགས་པར་མ་བཅོམ་པའི་ཕྱིར་གོ་རིམ་བཞིན་ནོ། །གཟུགས་སུ་སྐྱེས་པ་རྣམས་ནི།  
གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་པའི་ཉོན་མོངས་པ་དང་། ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་  
དང་རང་སའི་སྐྱེ་བས་ཐོབ་པའི་དགེ་བ་རྣམས་དང་ས་བོན་དང་ལྡན་པས་ལྡན་ནོ། །  
གཟུགས་མེད་པར་སྐྱེས་པ་རྣམས་ཀྱང་རང་སའི་ཉོན་མོངས་པ་དང་། ཉེ་བའི་ཉོན་  
མོངས་པ་རྣམས་དང་། སྐྱེ་བས་ཐོབ་པའི་དགེ་བ་རྣམས་དང་ས་བོན་དང་ལྡན་པས་  
ལྡན་པ་ཞེས་བྱའོ། །

གཉིས་པ་འཕགས་པའི་ལྡན་པ་ནི། ཁམས་གསུམ་པའི་གཉེན་པོ་འཇིག་  
རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་ཐོབ་པ་རྣམས་ལ་ནི། སྒྲོམ་པས་སྤང་བར་བྱ་བའི་ཉོན་  
མོངས་པའི་རྣམ་པ་ཆེན་པོའི་ཆེན་པོ་ལ་སོགས་པ་གང་དང་གང་གིས་གཉེན་པོ་རྒྱུད་  
ལ་བྱུང་ཞིང་སྐྱེས་པར་ཀྱུར་པའི་ཉོན་མོངས་པའི་རྣམ་པ་དེ་དང་དེའི་ས་བོན་ལེགས་  
པར་བཅོམ་པའི་ཕྱིར་ལྡན་པ་མ་ཡིན་གྱི་ཉོན་མོངས་པའི་རྣམས་པ་གང་གི་གཉེན་པོ་  
མ་བྱུང་བ་དེའི་ས་བོན་དང་ལྡན་པས་ལྡན་པ་ཡིན་ནོ། །དབང་དང་ལྡན་པ་ནི། སྦྱོར་  
བ་ལས་བྱུང་བའི་དགེ་བ་རྣམས་དང་། ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་དེ་དག་ལས་ཀྱང་། ཁ་  
ཅིག་ནི་བཟོའི་གནས་དང་སྤྱལ་པའི་སེམས་ལ་སོགས་པ་ནི་དབང་དང་ལྡན་པས་  
ལྡན་པ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་རྣམས་ནི་ས་བོན་ཡོད་དུ་བྱིན་ཀྱང་། འབད་པའི་རྒྱུན་གྱིས་ས་  
བོན་ཡོངས་སུ་བརྟས་པར་མ་བྱས་ན་འབད་མེད་དུ་མངོན་དུ་བྱེད་པར་མི་རུས་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །སྦྱོར་བ་ལས་བྱུང་བའི་དགེ་བ་དེ་དག་ཀྱང་གང་ཞེ་ན་འཇིག་རྟེན་པའི་

བསམ་བསྟན་ནི་རགས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཅན་དང་། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་བསམ་  
བསྟན་བདེན་པའི་རྣམ་པ་ལ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་རང་བཞིན་ཅན་དང་། དེ་དག་  
ལ་བརྟེན་པའི་ཡིན་ཏན་རྣམ་པར་ཐར་པ་བརྒྱད་དང་། དཔའ་བར་འགྲོ་བ་ལ་  
སོགས་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་དང་། འགོག་པ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲིམས་པར་འཇུག་པ་ལ་  
སོགས་པའོ། །ཀུན་དུ་འབྱུང་བ་དང་ལྡན་པ་ནི་གོ་སྟོན་ལོ། །

གཉིས་པ་སྟེ་པོ་ཐལ་ལ་གྱི་ལྡན་པ་ནི། ལོག་ལྟས་དག་བའི་རྩ་བ་ཆད་པའི་  
སྟེ་པོ་རྣམས་ལ་ནི། དག་བའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་ས་བོན་དང་ལྡན་པས་ལྡན་པ་ཞེས་གྲང་  
བྱ་སྟེ། སྒྲར་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་སྟེས་པ་ན་མཆོམས་སྒྲར་དུ་རུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །ལྡན་  
པ་མ་ཡིན་པ་ཞེས་གྲང་བྱ་སྟེ་ལོག་ལྟས་དག་བའི་ས་བོན་རྣམས་པ་ཉམས་པར་བྱས་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡོངས་སུ་བྱ་ངན་ལས་མི་འདའ་བའི་ཆོས་ཅན་ལའོར་བ་འབའ་ཞིག་  
འདོད་ཀྱི་ཐར་པ་དོན་དུ་མི་གཉེར་བའི་འདོད་ཆེན་པོ་རྣམས་ནི། འདོད་ཆགས་ལ་  
སོགས་པའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་གཏན་དུ་ལྡན་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ལ་ཀུན་  
ནས་ཉོན་མོངས་པའི་གཉེན་པོ་ཐར་པའི་ལམ་སྟེ་བའི་གོ་སྟོན་ལས་མེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ་  
ཐར་པའི་རྒྱ་ཐག་པ་མེད་པའི་ས་བོན་དང་མི་ལྡན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་ནི་  
གཏན་དུ་ཐར་པའི་རྒྱ་དང་མི་ལྡན་པ་ཡིན་ནོ། །འགྲེལ་པར་ཐར་པའི་རྒྱ་གང་ཞེ་ན།  
དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་ཉོན་མོངས་པའི་གནས་ངན་ལེན་གནས་པ་ཡིན་ཏེ། རྒྱད་གང་ལ་  
གཉེན་པོའི་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་རྒྱུན་རྟེན་ན་ལེགས་པར་འཛོམས་རྣམས་པ་དེ་སྐལ་བ་  
དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར་རྒྱ་ཞེས་བྱའོ། །ལྟོག་པ་ནི་རྒྱ་དང་མི་ལྡན་པ་ཞེས་བྱའོ་ཞེས་



འཆད་དོ། །འོན་ཀྱང་ཐར་པའི་རྒྱུ་ནི་ཟག་པ་མེད་པའི་ས་བོན་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་  
སྒར་རྒྱས་པར་བཤད་ཟིན་ཏོ། །དགོངས་པ་ངེས་པར་འགྲེལ་བ་ལ་སོགས་པའི་མདོ་  
ཁ་ཅིག་དང་། འདི་དང་མདོ་སྟེ་རྒྱན་ལ་སོགས་པ་བསྟན་བཅོས་རྣམས་ལས་ཡོངས་  
སྒྱ་མུ་ངན་ལས་མི་འདའ་བའི་ཆོས་ཅན་བཤད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཐོག་ཆེན་ལ་  
སོགས་པའི་ཆོས་ལ་ཞེ་སྒྲུང་བའི་གང་ཟག་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཐར་པའི་ལམ་དང་། ཞེ་  
འགྲེལ་བས་དུས་ཡུན་རིང་མོ་ཞིག་དུ་མུ་ངན་ལས་མི་འདའ་བའི་ཕྱིར་དུས་གཞན་ལ་  
དགོངས་ནས་གསུངས་པ་ཡིན་གྱི་དེ་དག་ཀྱང་གཏན་ཡོངས་སྒྱ་མུ་ངན་ལས་མི་  
འདའ་བ་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཅོ། །དེ་དག་གིས་ཉོན་མོངས་པ་སྒྲུང་དུ་མི་རུང་བའི་  
སྒྲུབ་བྱེད་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་རྒྱད་བྱ་མའི་འགྲེལ་པར་ཡང་། ཐོག་མེད་  
ཐུར་ཀྱང་ཐ་མ་དང་ལྡན་པས། །རང་བཞིན་གྱིས་དག་རྟག་པའི་ཆོས་ཅན་ནི། །  
ཐོགས་མེད་སྒྲུབས་ཀྱིས་ཕྱི་སྒྲིབས་མི་མཐོང་སྟེ། །ཇི་ལྟར་གསེར་གྱི་གཟུགས་ནི་  
སྒྲིབས་པ་བཞིན། །ཞེས་པ་ཁུངས་སུ་མཛད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རྣམ་པར་དག་པར་  
འགྱུར་དུ་རུང་བའི་རིགས་ཅན་དུ་བསྒྲུབས་པ་ཡིན་ཅོ། །

ལྡན་པ་ལ་མཁས་པའི་ཕན་ཡོན་ནི། ཆོས་རྣམས་ཀྱི་འཕེལ་བ་དང་འགྲིབ་  
པའི་ཚུལ་གཤམ་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་ལྡན་པའི་ཕན་ཡོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་  
གཤམ་པ་ན་འཇིག་རྟེན་པའི་ལུས་དང་ལོངས་སྟོན་ཡུན་སུམ་ཆོགས་པ་འབྱོར་ཞིང་  
རྒྱས་པ་དང་། དེ་དག་གུད་ཅིང་འགྲིབ་པ་ལ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ངེས་པར་མི་འགྱུར་  
ཞིང་ཡུན་སུམ་ཆོགས་པ་ལ་རྗེས་སུ་ཆགས་པ་དང་། རྒྱད་པ་ལ་ཁོང་ཁྲོ་བ་སྟོང་བར་

དམ་པའི་ཚེས་མངོན་པ་ཀུན་ལས་བརྟུས་པའི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་པ་ལེགས་པར་བཤད་པའི་རྒྱ་མཚོ། རྟོན་ཆ།

---

འགྱུར་རོ། །ཚེས་མངོན་པ་ཀུན་ལས་བརྟུས་པའི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་པ་ལེགས་པར་  
བཤད་པའི་རྒྱ་མཚོ་ཞེས་བྱ་བ་ལས་མཚན་ཉིད་ཀུན་ལས་བརྟུས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཀུན་  
ལས་བརྟུས་པ་དང་པོའི་བཤད་པའོ། །





༣༡། རེད་མདའ་བ་གཞིན་ལུ་སྒོ་གྲོས་ཀྱི་གསུང་འབུམ།

ཚུམ་པ་པོ།	རེད་མདའ་བ་གཞིན་ལུ་སྒོ་གྲོས།
ཚུམ་སྒྲིག་འགན་འཁུར་བ།	བསོད་ནམས་ཆོ་བརྟན།
མདུན་ཤོག་བཟོ་སྐྱེན་པ།	པད་དོར།
དཔེ་སྒྲིག་	སི་ཁྱོན་ཞིང་ཆེན་བོད་ཡིག་དཔེ་རྒྱུ་བསྐྱེག་ཁང་།
དཔེ་སྐྱེན།	བོད་རྒྱུངས་བོད་ཡིག་དཔེ་རྒྱུ་དཔེ་སྐྱེན་ཁང་། སྤྱག་ཡང་། 850010
བསྐྱུད་འཛུང་།	ཞིན་ཏུ་དཔེ་ཁང་།
པར་ཁང་།	སི་ཁྱོན་ཅ་ཁྱོང་པར་འདེབས་འགན་འཁུར་ཆེད་ཡོད་སྤྱི་གཞིར་ཁང་།
དེབ་ཆེད།	700mmx1000mm 1/16
དཔར་ཤོག་	32ཉ.4
པར་གཞི།	207ཤལ་འི་རྒྱ་ཅུ་པར་པར་གཞི་དང་པོ་བསྒྲིགས།
པར་ཐེངས།	207ཤལ་འི་རྒྱ་ཅུ་པར་པར་ཐེངས་དང་པོ་བཟུབ།
པར་གྲངས།	7-7000
དཔེ་རྟགས།	ISBN 978-7-80589-618-2
རིན་གོང་སྒྲིམ།	644 པོད།7-70

པར་གཞི་སྒྲིམ་བདག་ཡིན་པས་འདྲ་བཅོས་པར་འདེབས་མི་ཆོག།

图书在版编目（C I P）数据

仁达哇·旋努洛卓文集：全10册：藏文 / 旋努洛卓著. -- 拉萨：西藏藏文古籍出版社, 2015.6  
ISBN 978-7-80589-618-2 I. ①仁… II. ①旋… III. ①喇嘛宗—文集—藏语 IV. ①B946.6-53  
中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 084292 号

仁达哇·旋努洛卓文集

作 者 仁达哇·旋努洛卓  
责任编辑 索朗次旦  
封面设计 巴多  
主 编 四川藏文古籍保护编务院  
出 版 西藏藏文古籍出版社  
社 址 拉萨市色拉路 22 号 邮政编码 850010  
印 刷 四川嘉创印务有限责任公司  
经 销 全国新华书店  
开 本 700mmx1000mm 1/16  
印 张 327.5  
版 次 2015 年 6 月第 1 版  
印 次 2015 年 6 月第 1 印刷  
印 数 1 1000  
标准书号 ISBN 978-7-80589-618-2  
定 价 655.00 元（全 10 册）

版权所有 翻印必究